

Heizen und Gesundheit

Eine optimale Heizung sollte wohltuend und gesundheitsfördernd sein, ohne schädliche Nebenwirkungen und dies auf lange Zeit.

Insbesondere sollte die Zimmerluft biogen sein...

Jeder Mensch muss etwa 23.000-mal am Tag ein- und ausatmen -

In der Lunge finden physikalische und chemische Prozesse statt.

Daraus ergibt sich die

1. Forderung:

Eine optimale Heizung darf die lebenswichtige Atmung weder behindern noch schädlich beeinflussen -

was fast keine der heutigen Konvektionsheizungen erfüllt-

Die Atemluft soll trocken und kühl sein.

Die Raumluft soll der Atmung dienen und nicht dem Wärmetransport.

Deshalb die wichtige

2. Forderung:

Die Atemluft soll staubfrei sein -

Zwischen Fußboden und Decke sollte keine permanente Luftumwechslung stattfinden, damit nicht unablässig Hausstaub, bestehend aus Schmutzpartikeln, Bakterien, Hausstaubmilben und deren Kot, aufgewirbelt werden.

Infektionen der Atemwege, Erkrankungen, z.B. Hausstauballergie können sonst lästige Begleiter sein.

Diese treten meist erst nach einigen Jahren auf, **ohne dass der Bewohner vermutet, dass dies durch eine falsche Art der Heizung bedingt sein könnte.**

In Deutschland leben über 25 Millionen Menschen, die an Allergien, Atemwegs- und anderen Umweltkrankheiten leiden.

Durch eine falsche Form des Heizens können durch Luftumwirbelungen Schadstoffe so verteilt werden, dass der Körper keine Chance bekommt zu reagieren.

Außerdem wird keine Rücksicht auf die Art der Entwärmung des Körperkerns und auf die Schleimhaut der Atemwege genommen.

Schlechte Heizung erregt das vegetative Nervensystem.

Die Gefäßmuskulatur wird gereizt, die Blutgefäße verengen sich, der Blutdruck steigt.

Deshalb ist eine humane Heiztechnik sicher nicht weniger wichtig als reine Luft und klares Wasser.

Eine optimale Heizung sollte Strahlungswärme entwickeln...

Sie ist vergleichbar mit der Sonnenwärme -

Sie sorgt für ein angenehmes Raumklima mit einer sehr konstanten Luftfeuchtigkeit von etwa 55 Prozent, was für den menschlichen Organismus und auch für Pflanzen und Tiere sehr wohltuend ist -

Bei einer solchen Wärme kann sich das Immunsystem und die Körperenergie stärken.

Die Wärme dringt gleich der Sonne tiefer in den Körper ein und fördert Gesundheit und Wachstum der Zellen durch Resonanz mit den Wassermolekülen des menschlichen Körpers.

Eine Luftverwirbelung, die immer einhergeht mit Staubverteilung, findet so gut wie nicht statt.

Deshalb haben

Hausstaub-Allergiker

Rheumatiker

Asthma

Neurodermitis

Bluthochdruck und

Arthrose-Patienten

durch die konstante Raumtemperatur weniger Probleme.

Das gesunde Raumklima entspannt insbesondere die tieferen Körperschichten durch eine wohlige Erwärmung des Körperkerns.

Die glatte Muskulatur kann sich entspannen und die Atmung ungehindert und unbelastet funktionieren.

Ein gutes Wohnklima kann die Lebensfreude beeinflussen, die Kreisläufe anregen und den Energiefluss im Körper fördern.

Erst wenn wir wissen, was uns schadet und uns negativ beeinflusst, können wir es meiden oder aus unserem persönlichen Umfeld verbannen.

Unser Organismus ist darauf angewiesen, dass das ihn umgebende Umfeld seine mannigfaltigen Funktionen des Blutkreislaufs, des Stoffwechsels, des Nerven- und Energiesystems und auch des Hormon- und Immunsystems nicht negativ beeinträchtigt oder stört.

(aus Optimales Heizen für Gesundheit & Umwelt – Günter A. Ulmer)