

9. Dezember 2020

RADIOBEITRAG als Text

Richtig lüften in der Corona-Pandemie

Anmoderation:

Im Sommer konnten wir den Coronaviren einigermaßen ausweichen, indem wir uns möglichst viel draußen aufgehalten haben. Im Winter stehen wir da vor anderen Herausforderungen. Da heißt es, warm anziehen und lüften, lüften, lüften. Worauf wir besonders achten sollten, darüber hat sich Kristin Sporbeck informiert.

Länge: 1.45 Minuten

Text: AHA heißt heißt die Regel, die das Risiko, sich mit Covid-19 anzustecken, reduzieren soll. Und in geschlossenen Räumen plus L. Also: Abstand, Hygiene, Alltagsmaske und Lüften. Warum das Lüften so wichtig ist, erklärt Dr. Eike Eymers. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

Dr. Eike Eymers:

Nur durch Lüftung kann die Konzentration der Krankheitserreger in der Raumluft deutlich gesenkt und das Infektionsrisiko verringert werden. Zusätzlich sind natürlich die bekannten Maßnahmen wie Abstand, Hygiene und Alltagsmaske unverändert notwendig.

Text: Wo genau beispielweise bei Covid-19 die Schwierigkeit liegt, wenn mehrere Personen sich in geschlossenen Räumen aufhalten, erklärt auch Ärztin Eymers.

Dr. Eike Eymers:

Coronaviren breiten sich über kleinste Tröpfchen, sogenannte Aerosole aus. Bereits beim normalen Atmen oder Sprechen aber insbesondere beim Schreien, Niesen oder Husten stoßen Menschen diese Partikel aus. Bei einem Teil der Partikel handelt es sich um schwerere Tröpfchen, die schnell zu Boden fallen. Die Aerosole aber schweben länger in der Luft und je nach Luftbewegungen verteilen sie sich im Raum.

Text: Dabei geht es um Stoß- oder besser Querlüften – also mehrere Fenster oder Türen weit zu öffnen. Optimal ist eine Querlüftung mit gegenüberliegenden Fenstern und oder Türen, so dass Durchzug entsteht.

Dr. Eike Eymers:

Im Winter sollte man am besten alle 20 Minuten gut durchlüften und zwar für drei bis fünf Minuten. Im Sommer braucht es mindestens zehn bis zwanzig Minuten, da der Luftaustausch bei warmen Außentemperaturen länger dauert. Und je nach Größe des Raums, Anzahl der Personen oder je länger sich Personen drin aufhalten, desto häufiger muss gelüftet werden.