

Der Einfluss der Innenraumbepflanzung auf den Gesundheitszustand von Büroangestellten

Prof. Tøve Fjeld, Department of Horticulture and Crop Sciences, Agriculture University of Norway

Pflanzen dienen nicht nur der Luftaufbereitung, sie sind auch Teil des ursprünglichen Ökosystems, aus dem der Mensch stammt. In der menschlichen Biologie, Physiologie und Erbmasse haben sich in den vergangenen 10.000 Jahren lediglich kleine Veränderungen ergeben, während die Veränderungen in der Lebenswelt des Menschen fundamental sind.

Betrachtet man nur die vergangenen 50 bis 70 Jahre, so stellt man fest, dass in der westlichen Welt eine weitestgehende Urbanisierung stattgefunden hat. Gegenwärtig leben Millionen Menschen mit wenig oder überhaupt keinem Kontakt zur Natur - ohne Wälder oder offenes Land, Seen, Parks oder Gärten. Außerdem hat unser heutiger Lebensstil - zumindest in Skandinavien - zur Folge, dass 80 bis 90% der Zeit in Innenräumen verbracht wird.

Das Fachgebiet, das sich mit dem Einfluss der Umgebung auf die menschliche Psyche befasst, heißt Umweltpsychologie. Umweltpsychologische Studien haben deutliche Zusammenhänge zwischen Wohlbefinden, psychischer Stabilität, Stressniveau, anderen wichtigen Aspekten des menschlichen Lebens und Umweltfaktoren aufgezeigt. Alle diese Untersuchungen deuten darauf hin, dass die Natur - wie Pflanzen, Gewässer und Wälder - einen wichtigen Beitrag zur Stressverminderung leisten kann. Eine städtische Umgebung dagegen erzeugt psychischen Stress.

Hypothese

Die dieser Studie zugrunde liegende Hypothese lautet, dass eine Integration von Pflanzen in unserer nächsten Umgebung - dem Inneren von Gebäuden - einen direkten Einfluss darauf ausübt, wie eine Person ihr Wohlbefinden und ihren Gesundheitszustand bewertet. Unserer Meinung nach ist es möglich, Daten darüber zu sammeln, wie jemand seinen oder ihren Gesundheitszustand bewertet um diese Daten daraufhin mit dem Vorhandensein von Zimmerpflanzen zu koppeln.

Kurze Beschreibung der Studie

Die Studie über die Auswirkungen einer Innenraumbepflanzung auf den Gesundheitszustand der Büroangestellten wurde im Rahmen einer Zusammenarbeit zwischen dem Department of Horticulture and Crop Sciences und der Hauptgeschäftsstelle von Statoil Norge A/S durchgeführt.

62 Personen beteiligten sich an der Untersuchung. Die Büros wurden im Hinblick auf die Größe (10 m²) und den Fensterbereich standardisiert. Mit Hilfe eines standardisierten Fragebogens sammelten wir Daten darüber, wie die Probanden das Raumklima bewerteten und wie sich dieses ihrer Meinung nach auf zwölf unterschiedliche Krankheitssymptome auswirkte. Diese Symptome sind laut früheren Raumklimastudien Indikatoren für Probleme im Raumklimabereich.

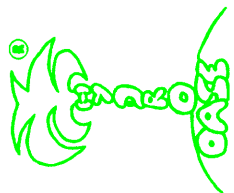
In einer Kontrollperiode von vier Monaten im Herbst 1994 wurden alle zwei Wochen Hintergrundinformationen erfragt, um ein "Kontroll-Niveau" der Symptome der Teilnehmer zu erhalten.

Eine Standard-Bepflanzung wurde in 29 Büros angelegt ("Pflanzen-Gruppe"), während die anderen 32 Büros die Kontrollgruppe darstellten. Die Bepflanzung erfolgte Anfang Februar 1995.



HYDRO - OASE

Dreienbergstr. 3 • 36277 Schenklengsfeld
Tel. 06629/808668 • Fax 06629/915341



Die Probanden füllten den Standard-Fragebogen jede zweite Woche während der Monate Februar, März und April aus.

Vorläufige Ergebnisse

Die vorläufigen Ergebnisse nach dem ersten Jahr der Studie deuten darauf hin, dass Pflanzen tatsächlich einen Einfluss auf die subjektive Bewertung des Gesundheitszustandes haben. Die Ergebnisse lassen sich folgendermaßen zusammenfassen:

1. Büroangestellte, in deren Büro Pflanzen standen, hatten weniger subjektive Gesundheitsbeschwerden im Zusammenhang mit dem Raumklima als die Probanden, in deren Büro sich keine Pflanzen befanden.
2. Bei den Symptomen, die in der "Pflanzen-Gruppe" am stärksten rückläufig waren, handelte es sich um Kopfschmerzen und Hautreizungen im Gesicht, auf der Kopfhaut, den Ohren und Händen.

Diesen Ergebnissen können verschiedene Faktoren zugrunde liegen. Momentan sind wir jedoch noch nicht in der Lage festzustellen, welche Faktoren die wichtigsten sind. Höchstwahrscheinlich ist eine Interaktion zwischen psychosozialen Faktoren ("ich erhalte Aufmerksamkeit"), umweltpsychologischen Faktoren (Integration eines natürlichen Elements in einen Innenraum) und physikalischen Faktoren (Luftreinigung, Anstieg der Luftfeuchtigkeit usw.) die Ursache.

Ausblick

Es stellt sich die Frage, ob die bisher im Rahmen der vorliegenden Studie enthaltenen Ergebnisse auch über einen längeren Zeitraum haltbar sind. Um zulässige Ergebnisse erhalten zu können, ist eine Verlängerung der Untersuchung erforderlich. Ebenso benötigen wir weitere Informationen darüber, ob und in welcher Weise sich die Effekte in den verschiedenen Jahreszeiten verändern. Wenn diese Effekte nach einem weiteren Jahr noch immer nachweisbar sind, stellen Pflanzen einen wichtigen Faktor bei der Reduzierung von Beschwerden im Zusammenhang mit dem Raumklima dar. Pflanzen könnten so ein wichtiges Mittel zur Kostenreduzierung im Bereich des kurzfristigen krankheitsbedingten Arbeitsausfalls sein und einen Beitrag zur Effektivität eines Unternehmens leisten. Ein weiterer - und möglicherweise noch wichtigerer - Punkt ist, dass sich das persönliche Wohlbefinden der Mitarbeiter und die Qualität des Arbeitsalltags steigern ließe.

Quelle: www.plants-for-people.de



HYDRO - OASE

Dreienbergstr. 3 • 36277 Schenklengsfeld
Tel. 06629/808668 • Fax 06629/915341

