

Raumdüfte



Raumluftparfüms, Duftkerzen, duftende Öllämpchen und Räucherstäbchen belasten die Raumluft mit chemischen Stoffen und teils mit bedenklichen Verbrennungsprodukten. Die damit verbundenen Gesundheitsrisiken sind bei massvollem Einsatz zwar gering. Auf jeden Fall sollte man aber die Produkte zur Beduftung nicht übermässig einsetzen. Auf Mitbewohner und empfindliche Personen wie Allergiker gilt es Rücksicht zu nehmen.

Wieso werden Duftstoffe eingesetzt?

Frische Düfte verstärken den Eindruck von Sauberkeit und Hygiene. Aus diesem Grund bevorzugen Konsumentinnen und Konsumenten oft Reinigungs- und Waschmittel, die Duftstoffe enthalten. Raumluftparfüms, Duftlämpchen, Duftkerzen und Räucherstäbchen werden in vielen Wohnungen und in Geschäften aber auch deshalb verwendet, weil Gerüche die Gefühlslage und das Verhalten beeinflussen können. So konnte wissenschaftlich nachgewiesen werden, dass Jasminduft aktiviert und Lavendelduft beruhigt. Es gibt Hinweise, dass diese Effekte bereits bei Konzentrationen auftreten, die noch nicht bewusst riechbar sind.

Woher kommen Duftstoffe?

Als Quelle für Duftstoffe dienen oft ätherische Öle. Diese werden aus Pflanzen oder Pflanzenteilen gewonnen und haben einen starken charakteristischen Geruch. Jasmin, Lavendel, Rosenholz, Eukalyptus, Orange, Zitronelle und Kiefer sind nur wenige Duftnoten aus einem riesigen Angebot. Neben der Hauptduftnote enthalten ätherische Öle auch diverse andere Duftstoffe. Einige davon lassen sich auch künstlich herstellen. Sie werden oft als synthetische Duftöle bezeichnet. Ob identische Duftstoffe natürlichen oder künstlichen Ursprungs sind, macht für die menschliche Gesundheit keinen Unterschied.

Vorsicht im Umgang mit Duftölen und Duftstoffen

Gewisse Duftstoffe können zu Kontaktallergie führen. Gelangen sie z.B. in Cremes oder frisch gewaschener Wäsche auf die Haut, können sie bei empfindlichen Personen eine Allergie auslösen. Einige Stunden bis Tage nach einem erneuten Kontakt mit dem selben Duftstoff kommt es dann exakt an der Stelle des Hautkontakts zu Jucken, einer Rötung, Schwellung, ev. Schuppung und Bläschenbildung.

Besondere Vorsicht ist im Umgang mit Duftölen geboten: Viele reizen die Haut und unter gewissen Umständen auch die Atemwege. Die grösste Gefahr stellen Duftöle aber für Kinder dar: Durch ihren angenehmen, manchmal fruchtigen Geruch können sie diese zum Trinken verführen. Dabei können die Duftöle durch ihre besonderen physikalischen Eigenschaften sehr leicht in die Lunge gelangen. Das kann zu Schäden an der Lunge bis hin zum Tod führen. Gerade weil Erbrechen sich so verheerend auswirkt, darf beim Verdacht, dass ätherische Öle eingenommen wurden, keinesfalls Erbrechen ausgelöst werden. Vielmehr sollte man unverzüglich das Toxikologische Informationszentrum in Zürich unter der Notfallnummer 145 oder einen Arzt anrufen. Als wichtige Vorsorgemassnahme sollten ätherische Öle immer ausserhalb der Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.

Gesundheitliche Auswirkungen bei der Beduftung von Räumen

Raumluftparfums belasten die Raumluft zusätzlich mit chemischen Substanzen, den so genannten flüchtigen organischen Verbindungen (VOC). Findet wie bei Duftkerzen, duftenden Öllämpchen und Räucherstäbchen zusätzlich eine Verbrennung statt, kommen Verbrennungsprodukte wie Feinstaub, Russpartikel, Kohlenmonoxid und zahlreiche weitere Schadstoffe wie z.B. Formaldehyd hinzu. Dabei nimmt die Raumluftbelastung von den Duftkerzen über die Öllämpchen zu den Räucherstäbchen zu. Bei den Kerzen hängt die Zusammensetzung der freigesetzten Schadstoffe vom verwendeten Wachs, allfälligen Dekor-Materialien und den Verbrennungsbedingungen ab. So kann z.B. ein zu langer Docht zu einer höheren Belastung mit Russpartikeln führen.

Verbrennungsprodukte in der Raumluft können Schleimhautreizungen, Kopfschmerzen und Unwohlsein herbeiführen und das Risiko für chronische Atemwegserkrankungen kann zunehmen. Bei sehr hohen Belastungen mit allergenen Duftstoffen ist ebenfalls mit Gesundheitsproblemen zu rechnen. In diesen Fällen können allergene Duftstoffe nämlich auch über die Raumluft Allergien auslösen. Solche Situationen wurden im Zusammenhang mit Gebetsritualen beschrieben, an welchen Räucherstäbchen abgebrannt wurden. Ob in gewissen Fällen auch niedrigere Konzentrationen in der Raumluft für allergische Reaktionen ausreichen, ist vorderhand noch nicht schlüssig zu beantworten. Allenfalls könnte dies auf Patienten zutreffen, die auf einen besonders allergenen Duftstoff wie Eichenmoos (Chloroatranol) stark allergisch reagieren.

Hingegen hinreichend bekannt ist, dass Raumdüfte bei einigen Asthmatikern analog kalter Luft unspezifisch **Asthmareaktionen auslösen oder verstärken** können. Dabei handelt es sich um Reiz-Reaktionen, die nicht durch die Substanzen ausgelöst werden, auf welche die Patienten allergisch sind. Ähnliche Reiz-Reaktionen entstehen durch Sprays wie z.B. Duftsprays, Deodorants in Sprayform, aber auch durch Verbrennungsprodukte wie sie beim Abbrennen von Räucherstäbchen, Duftlämpchen und allenfalls Kerzen vorkommen können. Aus diesen Gründen sollte man in Gegenwart von Asthmatikern Duftsprays, Duftkerzen und Räucherstäbchen vermeiden. Gewisse Duftstoffe – dazu gehört die Gruppe der Terpene wie z.B. Pinen - können zusammen mit Ozon Substanzen bilden, die ihrerseits die **Schleimhäute reizen** können.

Empfehlungen des BAG im Umgang mit Produkten zur Raumbeduftung:

- Da Düfte von einigen Personen auch als unangenehm oder gar bedrohlich empfunden werden, sollte man bei der Beduftung Rücksicht auf Mitbewohner nehmen und Belästigungen vermeiden. Kinder wehren sich oft nicht aktiv gegen Gerüche.
- In Anwesenheit empfindlicher Personen, insbesondere Asthmatikern sollte man auf die Verwendung insbesondere von Duftsprays und Räucherstäbchen verzichten.
- Raumluftparfums, Duftkerzen, duftende Öllämpchen und Räucherstäbchen sollte nur gezielt und zeitlich begrenzt eingesetzt werden. Danach, spätestens aber vor dem Zubettgehen empfiehlt es sich, die Räume kräftig zu lüften (Stosslüftung). Bei erhöhter Ozonbelastung im Sommer sollte auf eine Raumbeduftung verzichtet werden.

- Geruchsprobleme sollte man durch Massnahmen an der Quelle bekämpfen, statt sie mit Raumdüften zu überdecken. Sie könnten auch auf eine ungesunde Wohnsituation hinweisen, die zum Beispiel durch Feuchtigkeitsprobleme, Schimmel oder Lösemittlemissionen verursacht wird.