

Basis sind zwar etwas teurer, aber auch gesünder. Wenn Sie lieber zu Dispersionsfarben greifen, achten Sie darauf, dass diese als Lösungsmittel nur Wasser enthalten.

Für Tapeten gilt: Glasfasertapeten sind zwar schick und besonders leicht zu verarbeiten, beim Zuschneiden und auch bei einem späteren Abriss reizt jedoch Glasstaub Haut und Atemwege. Besser für Raumklima und Geldbeutel sind preiswerte Papier- und Raufasertapeten, die mit einfachem Zellulosekleister ohne Zusatz- oder Konservierungsstoffe an die Wand geklebt werden. „Von Vinyl- beziehungsweise Kunststofftapeten rate ich dringend ab“, ergänzt Innenraumdiagnostiker Kösling. Sie setzen nicht nur gesund-

heitsschädliche Weichmacher frei, sondern dichten auch die Wände dertart ab, dass diese die Raumfeuchtigkeit nicht mehr ausgleichen können – und fördern damit Schimmelpilz.

Kampf dem Schimmel

Gerade in der Heizperiode, wenn wenig gelüftet wird und die Wände auskühlen, ist der Schimmelpilz ein großes Problem. Die vielen Besuche beim Kinderarzt kann Susanne Körner* gar nicht mehr zählen. Die Söhne Tim und Florian, fünf und zwei Jahre alt, wechselten sich mit schweren Hustenanfällen nahezu nahtlos ab. Schließlich verordnete der Arzt eine Mutter-Kind-Kur an der See. Kaum wieder zu Hause, kehrten die Beschwerden jedoch mit voller Wucht zurück. Die verzweifelten Eltern baten Baubiologin Doris Schünemann um Hilfe und ließen ihr Haus auf Wohngifte untersuchen.

Die Messungen ergaben eine extrem hohe Pilzsporen-Konzentration in den Kinderzimmern, obwohl sich dort nirgends Schimmelstellen fanden. Als Schimmelherd entpuppte sich schließlich der Estrich im Erdgeschoss, der durch einen Baumangel völlig durchnässt war. Durch das offene Treppenhaus zog die sporenbelastete Luft direkt in



Die gute alte Raufasertapete schont Geldbeutel und Gesundheit



Der Erkältungs-Doktor hilft über Nacht

Wenn die Nase kribbelt, der Hals kratzt und man sich schlapp fühlt, sind das erste Anzeichen für eine Erkältung. Höchste Zeit für Klosterfrau Melissengeist. Diese einzigartige Heilpflanzen-Essenz wirkt den Erregern einer Erkältung auf natürliche Weise entgegen.

Sie sorgt zudem für einen erholsamen Schlaf, die körpereigenen Abwehrkräfte werden über Nacht aktiviert. Die Erkältung klingt schnell und spürbar ab und man kann wieder aufatmen.

Nur der Melissengeist von Klosterfrau ist dank seiner überzeugenden Wirksamkeit in ganz Europa als pflanzliches Arzneimittel gegen Erkältung zugelassen.



Nur wer ihn kennt, weiß wie er wirkt.

Klosterfrau Melissengeist. Anwendungsgebiete: Traditionell angewendet: Innerlich: Als mild wirksames Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei unkomplizierten Erkältungen und zur Stärkung. Zur Besserung des Allgemeinbefindens (bzw. zur Stärkung oder Kräftigung) bei Belastung von Nerven und Herz-Kreislauf mit innerer Unruhe und Nervosität. Zur Förderung der Schlafbereitschaft. Bei Wetterfühligkeit. Zur Besserung des Befindens bei Unwohlsein, zur Förderung der Funktion von Magen und Darm, insbesondere bei Neigung zu Völlegefühl und Blähungen. Äußerlich: Zur Unterstützung der Hautdurchblutung z.B. bei Muskelkater und Muskelverspannungen. Das Arzneimittel ist ein traditionelles Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Warnhinweise: Dieses Arzneimittel enthält 79 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. MCM Klosterfrau, 50606 Köln. www.klosterfrau-naturarznei.de