

## PATIENT SCHLAFPLATZ

Die ganzheitliche Schlafraumuntersuchung der *BAUBIOLOGIE MAES*

**"Ein krankes Bett ist ein sicheres Mittel, die Gesundheit zu ruinieren." Paracelsus**

"Patient Schlafplatz", so nennen wir von der *BAUBIOLOGIE MAES* unsere seit gut 30 Jahren bewährte Schlafraumuntersuchung. Wir bieten drei vielseitige Messprogramme an, die aus der engen Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten entstanden sind:

**"Patient Schlafplatz" - 1, das Messprogramm *Strahlung***

**"Patient Schlafplatz" - 2, das Messprogramm *Strahlung und Raumklima***

**"Patient Schlafplatz" - 3, das Messprogramm *Strahlung, Wohngifte, Schadstoffe, Raumklima, Schimmelpilze und mehr***

Beim Programm 1 geht es um alle physikalischen Risiken, um technische elektrische, magnetische und elektromagnetische Felder und Wellen, um den so genannten Elektromog, um Radioaktivität und die Strahlung der Erde mit ihren geologischen Störungen.

Beim Programm 2 geht es neben diesen physikalischen Risikofaktoren zusätzlich um die allgemeine Luftqualität, das Raumklima, um Sauerstoff und Kohlendioxid, Temperatur und Feuchte, Luftionen und -elektrizität, Luftbewegung und -druck, die Lüftungsrate und Gerüche sowie den ersten Eindruck von Schadstoffen, Schimmelpilzen und Partikeln.

Das Programm 3 erweitert die Programme 1 und 2 durch gezielte Schadstoffuntersuchungen. Es geht dabei um Wohngifte wie Formaldehyd, Lösemittel, Pestizide, Pyrethroide, Holzschutzmittel, Flammschutzmittel, Weichmacher oder PCB. Es geht um Luft-, Staub- oder Materialanalysen, um die Bestimmung von Schimmelpilzen, Bakterien und Allergenen in der Luft und auf Flächen sowie die Feststellung der Partikelzahlen und -größen.

Sie wollen es wissen. Gibt es im Schlafraum oder im Wohnumfeld vermeidbare Risiken? Gibt es Strahlen, Felder, Wellen, Gifte, Gase, Schadstoffe, Störungen..., kritische Einflüsse, die nicht einmal fühl-, sicht- oder hörbar, aber dennoch real vorhanden sind? Wahrscheinlich hat Ihr Arzt oder Heilpraktiker die baubiologische Schlafraumuntersuchung empfohlen. Vielleicht sind Sie nur neugierig und möchten eventuelle Risiken erkennen und ausschließen, um gesund zu bleiben oder wieder gesund zu werden.

Es wird viel von Umwelt gesprochen. Umwelt fängt zu Hause an. Der wichtigste Platz zu Hause: unsere zwei Quadratmeter Bett. Mittelpunkt aller baubiologischen Messungen und Beratungen ist der Schlafplatz. Nirgendwo halten wir uns länger und standorttreuer auf als hier. Nirgendwo sind Körper und Psyche empfindlicher, empfänglicher und wehrloser als hier. Der Mensch ist während des passiven Nachtschlafes um ein Vielfaches sensibler als in der aktiven Wachphase. Seine Abwehrmöglichkeiten gegen Umweltreize funktionieren im Schlaf auf Sparflamme. Wir regenerieren, brauchen Ruhe und Erholung. Dagegen braucht der auf Leistung eingestellte Organismus während der wachen Tagesstunden Aktion, Training, Beanspruchung, Bewegung..., und er hat gut funktionierende Mechanismen, Stress und Umweltreize abzuwehren. Diese Mechanismen fehlen im Schlaf. Nachts rechnen Körper und Psyche nicht mit Stress von außen. Die Nacht ist Kurzurlaub. Nachts wird verdaut, was tagsüber aufgenommen wurde. Nachts wird repariert, was tagsüber Schaden genommen hat. Nachts muss das Dauerbombardement von tausendund einem Umweltreiz aufhören und Abschalten an seine Stelle treten. **Entspannung** ist nachts angesagt, nicht **Verspannung**.

Ein ungestörter Schlafplatz ist die Basis für Vitalität und Gesundheit, ein Stück Lebensqualität. Ein ungestörter Schlafplatz ist, nach Aussage vieler Ärzte, auch Voraussetzung für medizinische Therapieerfolge, besonders bei naturheilkundlichen Anwendungen.

Wir von der *BAUBIOLOGIE MAES* sind freie Sachverständige für Baubiologie und Umweltanalytik. Wir untersuchen vor Ort mit empfindlichen elektronischen Geräten und zuverlässiger Computertechnik. Wir arbeiten objektiv, nicht subjektiv; messend, nicht

vermutend. Unsere Grundlage ist der Standard der baubiologischen Messtechnik. Er gilt international als professioneller Maßstab für eine zeitgemäße und ganzheitliche Hausuntersuchung. Er deckt das gesamte Spektrum der hausinternen Krankmacher ab.

Für den Schlafbereich des Menschen gab es bisher nicht einmal Grenzwerte. Das hat sich geändert. Wir von der *BAUBIOLOGIE MAES* haben aus tausendfacher Erfahrung Richtwerte für die sensible Schlafphase erarbeitet. Diese Richtwerte sind zum baubiologischen Standard geworden und werden weltweit von Kollegen und Instituten angewandt. Bestehen Sie darauf, dass bei Ihnen nach baubiologischem Standard gearbeitet wird. Nur so wird Ganzheitlichkeit garantiert, nur so ist das Risiko gering, dass etwas übersehen wird, dass Wechselwirkungen verschiedener Einflüsse unerkannt bleiben.

Wir verwandeln bei einer baubiologischen Untersuchung Ihren Schlafraum für ein paar Stunden in ein Messlabor. Apparate brummen, Zeiger schlagen aus, Schreiber zeichnen auf, Rechner zählen... Nicht Spürbares wird spürbar, nicht Sichtbares wird sichtbar, nicht Hörbares hörbar. Nach den Messungen die Beratung. Wie was sanieren? Was ist machbar? Was vernünftig? Infos, Tipps, Ratschläge, Aufklärung. Messergebnisse und Sanierungsvorschläge werden ausführlich und laienverständlich schriftlich protokolliert. Die Idee einer Haus- bzw. Schlafplatzuntersuchung entsteht oft erst durch Krankheit. Hier darf der Arzt nicht fehlen. Deshalb geht nach unseren Messungen ein schriftlicher Bericht mit den Ergebnissen und Empfehlungen auch an Ihren behandelnden Arzt.

Erwarten Sie viel, aber nicht zuviel. Die Baubiologie ist eine junge Wissenschaft. Tausende Fallbeispiele sprechen eine klare Sprache, machen sicher, auf dem richtigen Weg zu sein. Erfolgserlebnisse sind die Regel, nicht Ausnahme: Körper regenerieren, die Seele blüht auf, Therapien greifen wieder. Ärzte und Patienten sind begeistert. Wir auch. Wir wollen, dass Sie möglichst gesund wohnen und ungestört schlafen. Unsere Dienstleistung ist die Erkennung und Reduzierung von hausgemachtem Umweltstress.

Umweltstressfaktoren gibt es in Innenräumen weit häufiger als draußen. Hier sind sie vermeidbar. Drinnen haben Sie die Chance zur Korrektur. 80 % der Menschen verbringen 80 % ihrer Zeit in Innenräumen. Halten wir unsere allernächste Umwelt, speziell den Schlafbereich, in allerbesten Ordnung. So kann Baubiologie zur Therapie werden. Baubiologische Messungen und Beratungen sind Hilfen zur Selbsthilfe, Information der Wegbereiter für Aktivität. Die Baubiologie ist interessenunabhängig, unabhängig von Industrie, Wirtschaft, Politik, Ämtern, Krankenkassen... Unser Maßstab ist der Mensch, die Natur, das Machbare, Vorsorge und unsere jahr(zehnt)elange Erfahrung; nicht die Regierung, nicht die Behörde, nicht das Elektrizitätswerk, nicht DIN und nicht VDE.

Wir sind als baubiologische Sachverständige Ihr ganz persönlicher "Umwelt-Anwalt", Ihr ganzheitlicher "Haus-Arzt", Ihr "TÜV" für Wohngesundheit. Uns geht es nicht um die heile Welt. Uns geht es um die individuell machbare Stressreduzierung, da wo es wirklich möglich ist, zu Hause; da wo es besonders wichtig ist, im Schlafbereich. Was machbar ist und was nicht, das bestimmen Sie mit, Sie sind der Kunde, Sie sind der Maßstab. Ändern wir, was zu ändern ist; akzeptieren wir, was nicht zu ändern ist. Wir wollen aus einem Stahlbetonhaus in der Industriegroßstadt kein Blockhaus in Kanadas Wäldern machen, aus einem Grundstück im Ruhrpott keine Blumenwiese in den Dolomiten. Wenn von fünf Stressfaktoren vier zu sanieren sind, bitte, das macht vier weniger, und mit dem einen lässt sich's viel besser leben als vorher mit allen fünf.

Der Bundesgesundheitsminister stellt fest: "Jeder dritte ist umweltkrank." Die Krankenkassen bestätigen: "30 % der Versicherten sind durch Umwelteinflüsse krank geworden." Die Deutsche Gesellschaft für Umwelt- und Humantoxikologie mahnt: "Jeder vierte hat ein geschädigtes Immun-, Nerven- oder Hormonsystem, jeder dritte ist Allergiker. Wir haben den Punkt erreicht, der keine zusätzlichen Belastungen mehr verträgt." Die Bauordnung fordert: "Bauten sollen die Gesundheit des Menschen und die natürliche Lebensgrundlage nicht gefährden." Wir bemühen uns, diese Forderungen zu erfüllen. Paracelsus sagte: "Nur die Dosis macht das Gift." Halten wir unsere persönliche Dosis im vertretbaren Rahmen. Sorgen wir dafür, dass unser individuelles Fass nicht durch den berühmten letzten Tropfen zum Überlaufen gebracht wird. Es ist möglich.

Gibt es in unserer "dritten Haut", im Haus, vermeidbare Risiken? Sie sollten es wissen.