

Duitsland zet vol in op luchten

Achtergrond - 6 oktober 2020 - Auteur: Jesse Oude Egberink

Iedere Duitser hoort zich sinds het begin van de coronacrisis aan de zogenaamde AHA-regels te houden: *Abstand - Hygiene- Alltagsmasken* (mondkapjes). Daar is nu de letter L van *Lüften* aan toegevoegd. Duitsland zet deze herfst vol in op het goed ventileren en luchten van de binnenruimte.

De bekende viroloog Christian Drosten, directeur van het Institut für Virologie van de Berliner Charité, noemde goed ventileren nog belangrijker dan handen wassen. Inmiddels is bekend dat het coronavirus met name via druppeltjes en aerosolen wordt verspreid. In een afgesloten ruimte kan het virus zich door hoesten, praten, niezen en uitademen snel verspreiden. Goed ventileren is daarom van groot belang. De bondsregering bevestigde dat door de letter L van *Lüften* aan de AHA-regels toe te voegen. Ook publiceerde ze in september [een aanbeveling](#) over effectief ventileren.

Stoßlüften is deze herfst het toverwoord. Dit betekent het kort maar intensief luchten van een binnenruimte. Kantoorruimtes moeten in de winter ieder uur 3 minuten lang volledig doorwaaien, stellen de experts. Om goed te *stoßlüften* moeten de ramen en deuren wagenwijd open worden gezet. De ramen op kiepstand zetten is niet voldoende, aldus Simone Peters van de DGUV (Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung), die over luchtkwaliteit op de werkvloer gaat, in de Frankfurter Rundschau. Als aanvulling op het *stoßlüften* kan het volgens Peters wel nuttig zijn om de ramen op kiepstand te laten staan.

Scholen

In klaslokalen moeten de ramen iedere 20 minuten 3 tot 5 minuten lang worden geopend, luidt de aanbeveling. Aan het eind van ieder lesblok moeten zowel de ramen als de deuren wijd open. Door de deelstaatministers van Onderwijs geraadpleegde experts kwamen tot de conclusie dat het ventileren van de klaslokalen “een belangrijke invloed heeft op het verminderen van de viruslast en het indirecte infectierisico aanzienlijk terugdringt”.



Om aan het ventileren te helpen herinneren heeft de DGUV een app, 'CO2-Timer', ontwikkeld. De concentratie van koolstofdioxide kan fungeren als indicator voor een goede ventilatie. Voor de klaslokalen zijn CO2-stoplichten ontworpen, die tonen wanneer er weer moet worden gelucht. Als indicatie van een gezonde lucht gebruikt het

Umweltbundesamt, de federale milieu-instantie, een CO2-waarde van maximaal 1000 ppm (deeltjes per minuut).

Een andere manier is om de ruimte met moderne ventilatiesystemen te luchten. Deelstaatspremier Markus Söder van Beieren heeft 50 miljoen euro voor ventilatoren en luchtfilterinstallaties op scholen en kinderopvangcentra in zijn deelstaat [beschikbaar gesteld](#). Niet alle deelstaten doen dat. De deelstaatsministers van Onderwijs hebben samen besloten dat ventilatiesystemen alleen nodig zijn waar niet op natuurlijke wijze kan worden geventileerd. In Hamburg bijvoorbeeld hebben de autoriteiten [laten onderzoeken](#) in hoeveel klaslokalen er niet op natuurlijke wijze kan worden geventileerd. In slechts 68 van de ongeveer 13.000 lokalen kunnen de ramen niet goed worden geopend.

De Onderwijsministers komen op korte termijn met een uniform advies. "Met het oog op het aankomende koude seizoen is het belangrijk dat we nu voor alle scholen in Duitsland met een handreiking met duidelijke en begrijpelijke voorschriften komen, die overal goed uitvoerbaar zijn", aldus deelstaatsminister van Onderwijs Stefanie Hubig van Rijnland-Palts.

Verkoudheid

De nieuwe adviezen komen nu het buiten steeds kouder wordt. Ouders, leerlingen en onderwijzers vragen zich af of kinderen en leerkrachten niet massaal verkouden worden wanneer de ramen zo vaak open worden gezet. Volgens Hubig daalt de temperatuur door het *stoßlüften* tijdelijk met slechts 2 á 3 graden. Volgens haar zou dit geen grote impact moeten hebben. Om de risico's op verkoudheid tegen te gaan adviseert KNO-arts Bernhard Junge-Hülsing mensen om niet te veel te roken, zich warm aan te kleden, veel te drinken en vitaminerijke voeding te eten.

Te veel tocht kan ook leiden tot spierklachten, zoals een stijve nek. "Tocht zorgt ervoor dat de onbedekte huid afkoelt, waardoor de onderliggende spieren aanspannen", waarschuwt Bernd Kladny van de DGOU (Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie). Hij adviseert onder andere om een sjaal te dragen als bescherming tegen nekkklachten.

Terwijl scholen en kantoren er alles aan doen om zo goed mogelijk te ventileren, willen de bondsregering en de deelstaten ook extra geld uittrekken voor een goede ventilatie bij festiviteiten en bijeenkomsten. Daarom moet er huidig en komend jaar 500 miljoen euro vrij worden gemaakt om de ventilatiesystemen in grotere binnenruimtes te moderniseren.

Dit is een artikel gedownload via [duitslandinstituut.nl](https://www.duitslandinstituut.nl).

Artikel: <https://www.duitslandinstituut.nl/artikel/40082/duitsland-zet-vol-in-op-luchten>