

Informationsstand: 21.07.2014

## Sjögren-Syndrom

### aus Sicht der Wohngesundheit

#### Geschäftsstelle:

Europäische Gesellschaft für  
gesundes Bauen und  
Innenraumhygiene –  
European Society for healthy building  
and indoor air quality e.V. (EGGBI)  
Vereinsregister Freiburg VR 700761

Josef Spritzendorfer  
Geschäftsführer

Am Bahndamm 16  
D 93326 Abensberg

[E] [beratung@eggbi.eu](mailto:beratung@eggbi.eu)  
[T] +49 (0) 9443 700 169  
[F] +49 (0) 9443 700 171

[I] [www.eggbi.eu](http://www.eggbi.eu)

Abensberg, 21. Jul. 2014

Beim Sjögren Symptom handelt es sich um eine Erkrankung des Immunsystems.  
([Autoimmunkrankheit](#) – Abwehrzellen richten sich gegen den eigenen Körper).  
Oft wird die Krankheit lange nicht erkannt, da sich die Erst- Symptome (trockene  
Schleimhäute, Augen – kann sich später auch in rheumatischen Beschwerden wie Gelenk-  
und Muskelschmerzen äußern) nicht von denen zahlreicher anderer Krankheiten  
unterscheidet.  
(z.B. SBS [Sick building Syndrom](#))

#### Ursachen:

Beim Sjögren-Syndrom, spielen verschiedene Ursachen eine Rolle. Es gibt Hinweise auf eine

- [erbliche Veranlagung](#). Möglicherweise kommen auch
- **hormonelle Einflüsse** und
- **Umweltfaktoren** beim Sjögren-Syndrom als weitere Ursachen infrage.

Wie bei anderen Erkrankungen, bei denen sich das Abwehrsystem gegen körpereigenes Gewebe richtet (Autoimmunkrankheiten), sind jedoch die genauen Mechanismen, die beim Sjögren-Syndrom zur Fehlsteuerung des Immunsystems führen, **unklar**.  
([http://www.onmeda.de/krankheiten/sjoegren\\_syndrom-ursachen-1353-3.html](http://www.onmeda.de/krankheiten/sjoegren_syndrom-ursachen-1353-3.html))

SHS sieht daher im Hinblick bereits auf den **möglichen** (Mit-)Faktor „Umweltbelastungen“ die

Herausforderung bestätigt, vor allem den Hauptlebensbereich „Wohnraum“ möglichst frei von Umwelteinflüssen (Schadstoffe, Gerüche, Strahlenbelastungen) zu gestalten, gegebenenfalls vorhandene Belastungen durch bauliche Maßnahmen möglichst zu reduzieren, um diesen (eventuell auch „nur“ symptomverstärkenden) Faktor möglichst zu minimieren.

Eine qualitative [Untersuchung des Wohnraumumfeldes](#) incl. regelmäßiger Beobachtung/ gegebenenfalls „Regulierung“ der Luftfeuchtigkeit wird daher – unabhängig von den unverzichtbaren individuellen ärztlichen Empfehlungen **empfohlen**.

**Beschwerdelindernde Maßnahmen: (ersetzen keine ärztliche Behandlung!)**

Raumklima:

möglichst gleichbleibendes Raumklima mit ausreichender Raumfeuchte kann die Beschwerden wesentlich reduzieren.

**Bei baulichen Maßnahmen:**

Diffusionsoffene Bauweise mit „feuchtigkeitsregulierenden Baustoffen“. Kalk- oder Lehmputze, Dämmstoffe wie Holzweichfaser, Schafwolle, Hanf können ohne Verlust der Dämmfunktion maßgebliche erhöhte Feuchtigkeit aus der Raumluft aufnehmen und in trockenen Perioden wieder abgeben.

Dabei sollten ausschließlich streng schadstoffgeprüfte Produkte zum Einsatz kommen, Herstelleraussagen alleine dazu, diverse Gütezeichen ohne den entsprechenden Prüfberichten,

(viele Gütezeichen prüfen beispielsweise nicht auf Flammschutzmittel, Weichmacher...), oft unvollständige Inhaltsdeklarationen (unter dem Begriff Additive, Trockner, Konservierungsstoffe etc. verbergen sich oft toxische oder auch „nur“ allergenisierende Stoffe) stellen keine ernsthafte Entscheidungshilfe dar. <http://www.sentinel-haus-stiftung.eu/beratung/produktinformationen-guetezeichen/>

Ein richtiges Lüftungsverhalten sollte daneben streng beachtet werden.

**Weitere Literaturquellen:**

[http://www.sentinel-haus-stiftung.eu/fileadmin/sentinel-haus-stiftung/PDF\\_Dateien/Raumluftpruefung\\_SHS.pdf](http://www.sentinel-haus-stiftung.eu/fileadmin/sentinel-haus-stiftung/PDF_Dateien/Raumluftpruefung_SHS.pdf)

<http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/56091/Risikogene-fuer-das-Sjoegren-Syndrom-gefunden>

<http://flexikon.doccheck.com/de/Sj%C3%B6gren-Syndrom>

[http://www.apotheken-umschau.de/Medizin/Sjoegren-Syndrom-Therapie-173493\\_5.html](http://www.apotheken-umschau.de/Medizin/Sjoegren-Syndrom-Therapie-173493_5.html)

**Bitte beachten Sie die allgemeinen fachlichen und rechtlichen Hinweise zu  
EGGBI Empfehlungen und Stellungnahmen:**

[http://www.eggbi.eu/fileadmin/sentinel-haus-stiftung/PDF\\_Dateien/Allgemeiner\\_Hinweis\\_EGGBI\\_Beratungen.pdf](http://www.eggbi.eu/fileadmin/sentinel-haus-stiftung/PDF_Dateien/Allgemeiner_Hinweis_EGGBI_Beratungen.pdf)