

## **Pflanzen am Arbeitsplatz sind eine Investition in die Gesundheitsvorsorge der Arbeitnehmer**

Wenn Arbeitnehmer im Büro wegen Krankheit ausfallen, bedeutet das oftmals Mehrarbeit und Stress für die Kollegen. Ein Teil der Krankmeldungen könnte durch einfache Maßnahmen im Büro verhindert werden. Eine aktuelle Studie der Gmünder Ersatzkasse zeigt, dass mehr als 40 Prozent der Erkrankungen durch das Arbeitsumfeld selbst verursacht sind. Der Report über die Belastungs- und Gesundheitssituation der Berufsgruppe „Bürofachkräfte“ drängt deshalb auf Prävention.



Grünlilie (chlorophytum elatum)

Mangelhafte Arbeitsbedingungen, wie z. B. ein schlechtes Innenraumklima führen unter anderem zu Beschwerden wie Kopfschmerzen, Müdigkeit sowie Reizerscheinungen der Augen und Atemwege. („Sick-Building-Syndrom - gebäudebezogene Krankheit)). Bei den Arbeitsbedingungen in einem durchschnittlich ausgestatteten Büro, überrascht das nicht. Telefone, Computer, Drucker und weitere Büromaschinen sorgen neben den Gesprächen der Kollegen und dem Straßenlärm bei geöffnetem Fenster für einen nicht unerheblichen Lärmpegel. In der kalten Jahreszeit sinkt die relative Luftfeuchtigkeit in den Räumen oft auf weniger als dreißig Prozent ab. Die trockene Luft wirkt sich vor allem negativ auf die Schleimhäute von Mund Hals, Nase und Augen sowie die Haut aus. Dies führt zu einer erhöhten Anfälligkeit für Erkältungskrankheiten. Auf der anderen Seite verbreiten Klimaanlage häufig im Sommer ungesunde Arbeitsbedingungen. Darüber hinaus steht der rein funktionale Aspekt bei der Ausstattung der Büroräume im Vordergrund. Es gibt nichts, was den Lärm reduziert, die Luft erträglich macht, oder die Psyche auf angenehme Weise anspricht.

Immer mehr Unternehmen erkennen, dass Faktoren wie Arbeitszufriedenheit und ein als angenehm empfundenenes Arbeitsumfeld die Leistung, Gesundheit, Motivation und Firmenverbundenheit der Mitarbeiter steigern und einen wesentlichen Einfluss auf die Produktivität und Rentabilität eines Unternehmens ausüben.

### **Innenraumbegrünung ist deshalb bei vielen Unternehmen Bestandteil eines breit angelegten Gesundheitsmanagements.**

Neben technisch messbaren Faktoren ist auch die emotional-psychologische Wirkung von Pflanzen durch die Forschung bestätigt. Mitarbeiter, die in begrünten Büros arbeiten, schätzen vor allem den ästhetischen Mehrwert der Innenraumbegrünung. Sie sind weniger gestresst, fühlen sich in ihrem Arbeitsumfeld wohl, sind psychisch stabiler und regenerieren sich schneller. Mit Pflanzen gestaltete Büroräume werden als erfrischender, abwechslungsreicher und konzentrationsfördernder erlebt.

Grünpflanzen wirken als natürliche Schalldämmer und Luftbefeuchter, Menschen empfinden die Raumluft mit höherer Luftfeuchtigkeit als angenehmer, das Risiko einer Erkältung sinkt. Mehr noch, Grünpflanzen verbrauchen Kohlendioxid und liefern Sauerstoff, sie filtern Schadstoffe aus der Luft und fördern das psychische Wohlbefinden bei der Arbeit.

Untersuchungen belegen außerdem, dass bei Betrachtung grüner Pflanzen der Blutdruck sinkt, Stress abgebaut wird, die Atmung ruhiger wird und die Pulsfrequenz abnimmt.

Die Schadstoffbelastung der Luft kann durch verschiedene Pflanzen gesenkt werden.

## Die nachfolgenden Tabellen geben einen Überblick über den Schadstoffabbau bestimmter Pflanzen:

Formaldehyd	Abbau in %
Echte Aloe, aloe barbadensis	90
Grünlilie, chlorophyllum elatum	86
Baumfreund, philodendron selloum	76
Drachenbaum, dracaena fragans massangeana	70
Efeutute, epipremnum aureus	67
Purpurtute, syngonium podophyllum	67
Chrysantheme, chrysanthemum morifolium	61
Gerbera, gerbera jamesonii	50
Drachenbaum, dracaena deremensis warneckii	50



Drachenbaum

Benzol	Abbau in %
Efeu, hedera helix	90
Einblatt, spatiphyllum	80
Drachenbaum, dracaena marginata	79
Efeutute, epiprmnum aureus	73
Drachenbaum, dracaena deremensis warneckii	70
Bogenhanf, sanseveria trifasciata	53
Kolbenfaden, aglaonema meodestum	48



Kolbenfaden

Trichlorethylen	Abbau in %
Einblatt, spatiphyllum	23
Drachenbaum, dracaena deremensis warneckii	20
Drachenbaum, dracaena deremensis janet craig	18
Drachenbaum, dracaena marginata	13
Bogenhanf, sanseveria trifasciata	13
Efeu, hedera helix	11



Bogenhanf

Kohlendioxid	Abbau in %
Grünlilie, chlorophytum elatum	>96
Efeutute, epipremnum aureus	75



Efeutute

### Pflanzen, die viel Wasser verdunsten und sich positiv auf die Luftfeuchtigkeit der Räume auswirken:

- **Baumfreund**, Philodendron selloum
- **Birkenfeige**, Ficus benjaminii bzw. Ficus benjamina
- **Strahlenaralie**, Schefflera arboricola
- **Grünlilie**, Chlorophytum elatum

plants-for-people.de

[www.unfallkasse-berlin.de](http://www.unfallkasse-berlin.de)

(Presse, Suchbegriff Büro)