

08.02.2023 – 13:45 Uhr

## Wie ich mich im Winter gut schützen kann - Die Rolle von Luftfeuchtigkeit bei Grippeviren



In den Wintermonaten, wenn wir uns länger in geschlossenen Räumen aufhalten, ist es besonders wichtig, die Luftfeuchtigkeit im Auge zu behalten. Denn bei trockener Luft bleiben Erkältungs- und Grippeviren länger gefährlich als bei gut befeuchteter Raumluft. Eine Möglichkeit, das Risiko gegenseitiger Ansteckung zu verringern und das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern, ist die Verwendung eines Luftbefeuchters. Hier erfahren Sie, wieso Luftbefeuchter ein wichtiger Faktor beim Schutz vor Erkältungsviren sind.

Unsere Schleimhäute, wie die in unserer Nase und im Rachen, sind unsere erste Verteidigungslinie gegen Viren und Bakterien. Sie produzieren Feuchtigkeit und Antikörper, die uns vor Infektionen schützen. Wenn sie jedoch austrocknen, sinkt ihre Widerstandskraft und wir werden anfälliger für solche Krankheiten. Besonders im Winter kann die Luft in geschlossenen Räumen während der Heizperiode sehr trocken sein, was sich negativ auf unsere [Schleimhäute](#) in Nasen und Rachen auswirkt. Noch besser ist es, wenn Erkältungsviren aber gar nicht erst in unsere Atemwege gelangen. Da sich Viren über Tröpfchen verbreiten, führt eine gut befeuchtete Raumluft dazu, dass befallene Tröpfchen schneller zu Boden sinken und somit den Bereich rund um unsere Nase und unseren Mund verlassen. Bei trockener Luft verbleiben sie länger schwebend in der Luft, was das gegenseitige Ansteckungsrisiko deutlich erhöht.

### Luftbefeuchter spielen eine wichtige Rolle beim Schutz vor Erkältungsviren

Um die negativen Auswirkungen von trockener Raumluft zu minimieren, bietet sich die Verwendung eines Luftbefeuchters an. Diese Geräte erhöhen die Luftfeuchtigkeit und reduzieren das Risiko gegenseitiger Ansteckung, indem sie die Schleimhäute stärken und Erkältungsviren schneller aus der gefährlichen Zone bringen. Gerade Familien mit Kindern und Firmen mit grösseren offenen Büroräumen kennen das Spiel gut: Jemand bringt von aussen eine Erkältung mit, die sich dann nacheinander auf die Personen, mit denen im selben Raum zusammengelebt oder – gearbeitet wird, ausbreitet.

Insgesamt kann die Verwendung eines [Luftbefeuchters](#) eine wichtige Massnahme sein, um das Risiko einer Erkältung und der gegenseitigen Ansteckung zu reduzieren. Überdies helfen sie auch die Symptome einer Erkältung zu lindern. Zudem sind sie förderlich für Gesundheit und Wohlbefinden, besonders für Menschen mit Vorerkrankungen wie Asthma oder Allergien.

### Über das Unternehmen

Die ecofort AG ist ein schweizerischer Anbieter von innovativen, qualitativ hochwertigen und energieeffizienten Produkten für ein komfortables und gesundes Raumklima zuhause und am Arbeitsplatz. ecofort glaubt, dass ein

komfortables und gesundes Raumklima mit einer verantwortungsvollen Energienutzung vereinbar sein muss. Die Firma vertreibt Marken, die in der Schweiz einzigartig sind und entwickelt Eigenmarken, welche bestehende Produkte in den Schatten stellen. Das 2011 gegründete Unternehmen hat seinen Sitz in Nidau (BE) und beschäftigt 23 Mitarbeitende. <https://ecofort.ch>

**Firmenanschrift**

ecofort AG  
Ipsachstrasse 16 | 2560 Nidau  
032 322 31 11 | [info@ecofort.ch](mailto:info@ecofort.ch)

**Ansprechpartner**

Thierry Graf  
Geschäftsleitung | Medien  
032 511 11 74 | [thierry@ecofort.ch](mailto:thierry@ecofort.ch)

**Medieninhalte**

*Der leistungsstarke Grossraumbefeuchter ecoQ HumidAir U1500 ist ideal für offene Wohn- und Büroräume bis 200 m².*

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100090122/100902609> abgerufen werden.