

Nassau, Februar 2022

Tipps vom Experten: gute Luft und guter Schlaf während der Pollensaison

## Durchatmen auf Knopfdruck

Die Vögel zwitschern, die Bäume werden grün und in der Luft liegt der Geruch von Frühling. Für Allergiker beginnt hiermit die Zeit der verstopften Nase, der tränenden und juckenden Augen sowie der erschwerten Atmung. Durch den Klimawandel – weniger Schnee und kürzere Kälteperioden – kommt hinzu, dass Birken, Hasel und Erle immer früher beginnen zu blühen und allergieträchtige Botenstoffe wie Histamin somit auch früher freigesetzt werden.<sup>1</sup> Kurzum: Es gibt keine Verschnaufpause für Allergiker und eine nachhaltige Belastung der Lebensqualität. Luftreiniger, wie der Airfresh Clean Connect 500 von Soehnle (UVP: 349,00 EUR), können jedoch Abhilfe schaffen. Der leistungsstarke Luftreiniger verfügt über ein vierstufiges Reinigungssystem, das die Raumluft sowohl von Pollen als auch Keimen, Haus- und Feinstaubbelastung befreit. Weitere Informationen unter [www.soehnle.de](http://www.soehnle.de).

Einfach mal tief durchatmen – denn frische Luft stärkt den Körper und das Immunsystem.<sup>2</sup> Doch für viele Allergiker wird das Lüften gerade während der Hochsaison zur Zerreißprobe: Niesreiz, eine dauerhaft laufende Nase oder ein angeschwollener Hals erschweren das Luftholen gravierend. Dabei sind nicht nur Pollen und Gräser Auslöser von Allergien. Auch Hausstaub oder Tierhaare können die Lebensqualität von Allergikern erheblich einschränken. Was also tun, um wenigstens in den eigenen vier Wänden ganzjährig aufatmen zu können? Die Lösung sind Luftreiniger. Sie filtern nicht nur jegliche Pollen, auch Hausstaub, Keime, Partikel und die Feinstaubbelastung werden durch Luftreiniger wie den Soehnle Airfresh Clean Connect 500 nachweislich verringert.

## Guter Schlaf braucht gute Luft

Vor allem im Schlafzimmer spielt saubere und frische Luft eine wichtige Rolle – und das nicht nur für Allergiker. „Denn ein gut gelüftetes Schlafzimmer sorgt für ein gesundes Raumklima und damit für einen erholsamen Schlaf. Dieser ist essenziell für unsere körperliche und geistige Gesundheit“, so Schlafexperte und Geschäftsführer des Matratzen- und Bettwarenherstellers Sleep.8 Thorsten Skusa-Mühdorf. „Ist im Schlafzimmer eine zu große Menge CO<sub>2</sub> enthalten, beginnt der nächste Tag häufig mit Müdigkeit und Kopfschmerzen.“

Doch um das zu vermeiden die ganze Nacht das Fenster geöffnet lassen? Schließlich haben auch für Nicht-Allergiker Faktoren wie die Jahreszeit oder Lärm einen entscheidenden Einfluss auf die Schlafqualität. Befindet sich das Schlafzimmer beispielsweise an einer Straße steigt nicht nur die Feinstaubbelastung im Innenraum. „Auch unterbewusst wahrgenommene Lärmbelastigungen, wie etwa vorbeifahrende Autos, führen häufig zu Adrenalinausschüttung, Blutdruck- und Pulsanstieg – und damit zu einem weniger erholsamen Schlaf“, so Skusa-Mühdorf.

## Nachtruhe einfach gemacht

Noch schwieriger gestaltet sich das offene Fenster für Allergiker. Denn in der Stadt erreicht die Pollenbelastung am Abend ihren Höchststand,<sup>3</sup> was ein kräftiges Durchlüften vorm Zubettgehen

<sup>1</sup> <https://www.allergieinformationsdienst.de/immunsystem-allergie/risikofaktoren/auswirkungen-des-klimawandels.html>

<sup>2</sup> [https://www.der-bewegungsapparat.de/frische\\_Luft](https://www.der-bewegungsapparat.de/frische_Luft)

<sup>3</sup> <https://www.gesundleben-apotheken.de/content/pollenflug-im-grossstadtdschungel.200366.html>

behindert. Auch hier sind Luftreiniger ein wahrer „Retter in der Not“: Während es für einen richtigen Luftaustausch und das Entfernen von Partikeln durch klassisches Lüften entweder einen großen Temperaturunterschied zwischen Innen und Außen oder kräftigen Wind benötigt, arbeiten Luftreiniger hingegen kontinuierlich unabhängig von der Temperatur und reinigen die Raumluft zuverlässig.<sup>4</sup>

Der Soehnle Airfresh Clean Connect 500 verfügt über vier verschiedene manuell wählbare Leistungsstufen und einen Automatikmodus, der die Lüftergeschwindigkeit je nach Raumluftqualität und Bedürfnissen reguliert und anpasst. Neben der Timer-Funktion sorgt der Nachtmodus mit ausgeschaltetem Licht für einen ungestörten Schlaf und gleichzeitig freie Atemwege dank seines mehrstufigen Reinigungssystems.

## Die Luft ist rein

Um einen geeigneten Luftreiniger für die eigenen vier Wände zu finden, sollten einige Kriterien beachtet werden, wie etwa die Reinigungsleistung in Abhängigkeit von der Raumgröße und eine hochwertige Filterqualität. Der Airfresh Clean Connect 500 der Marke Soehnle ist mit einem mehrstufigen Reinigungssystem ausgestattet und erzielt eine optimale Reinigungsleistung für Räume bis zu 78 m<sup>2</sup>. Durch seinen Vor-, Feinpartikel- und Aktivkohlefilter sowie ein separat zuschaltbares UV-C-Licht wirkt er effizient gegen Pollen, Staub sowie Gerüche und filtert bis zu 99,5 %<sup>5</sup> der in der Luft befindlichen Schadstoffe. Gleichzeitig misst der Airfresh Clean Connect 500 ständig die Qualität der Raumluft und signalisiert, wann ein Filterwechsel nötig ist – dies ist normalerweise nach 12 bis 18 Monaten der Fall (Filter aus Vorfilter, Feinpartikelfilter und Aktivkohle; UVP: 49,99 EUR).

Übrigens: Der Soehnle Airfresh Clean Connect 500 lässt sich auch bequem per App vom Bett oder von der Couch aus bedienen. Mehr dazu unter [soehnle.de](http://soehnle.de).

## Über Soehnle:

*Seit der Gründung durch den schwäbischen Unternehmer Wilhelm Soehnle im Jahre 1868 setzt die Marke Soehnle auf hohen Bedienkomfort, innovative Technik, erstklassige Qualität und herausragendes Design. Heute gehört Soehnle zu den weltweit führenden Anbietern von Personen- und Küchenwaagen und steht für exaktes Messen, Wiegen und Analysieren. Mit dem Einstieg in neue Produktkategorien im Jahr 2017 wie Blutdruckmessgeräte und Luftreiniger sowie mit der Connect-App bietet Soehnle weitere Lösungen, fit zu bleiben und bewusst gesünder zu leben.*

---

<sup>4</sup> Dabei ersetzen Luftreiniger das Lüften nicht, doch sorgen sie ganzjährig für eine Verbesserung der Raumluftqualität.

<sup>5</sup> Effizienz des Filtermaterials für Partikel gemäß Norm EN 1822, getestet von externem Institut

## Unternehmenskontakt:

Leifheit AG  
Barbara Horn  
Leifheitstraße 1, 56377 Nassau  
Tel.: 02604/977-0  
E-Mail: [barbara.horn@leifheit.com](mailto:barbara.horn@leifheit.com)

## Pressekontakt:

P.U.N.K.T. PR GmbH  
Benjamin Kolthoff  
Völckersstraße 44 · 22765 Hamburg  
Tel.: 040/853760-0 · 040/853760-10  
E-Mail: [info@punkt-pr.de](mailto:info@punkt-pr.de)