

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/32294/1574349/zimmerpflanzen-im-kampf-gegen-buero-krankheiten-us-studien-belegen-die-gesunde-wirkung> abgerufen werden.

Men's Health

Zimmerpflanzen im Kampf gegen Büro-Krankheiten
US-Studien belegen die gesunde Wirkung verschiedener Topf-Gewächse

09.03.2010 - 08:55 Uhr, Men's Health

Hamburg (ots) - Zimmerpflanzen verschönern nicht nur jedes Büro, sie fördern sogar die Gesundheit der Anwesenden. Nach einem Bericht des Männer-Lifestylemagazins "Men's Health" (Ausgabe 4/2010, EVT 10.03.2010) zeigen neue US-amerikanische Studien, dass typische Büro-Krankheiten insbesondere durch sechs verschiedene Pflanzen deutlich reduziert werden können.

So filtert etwa die Goldfruchtpalme durch ihre großen Wedel Formaldehyd aus der Zimmerluft heraus. Die Chemikalie steckt in vielen alten Holz-Büromöbeln und löst Schwindel, Kopfschmerzen und Atemnot aus.

Der Duft der Pfefferminze wiederum soll einer Studie der University of New York zufolge die Gedächtnisleistung und die Aufmerksamkeit verbessern. Zudem unterdrückt Pfefferminz-Aroma auch noch Hungergefühle.

Und auch Efeu wird von den Experten dringend als Büropflanze empfohlen. Das Klettergewächs absorbiert so genannte flüchtige organische Kohlenstoffe und andere schädliche Chemikalien, die etwa durch Drucker und Kopiergeräte freigesetzt werden und oftmals Kopfschmerz und Übelkeit verursachen.

Sehr nützlich ist außerdem die bekannte Zitronenmelisse. Der angenehm frische Duft der Pflanze verbessert nach Untersuchungen von Forschern der Ohio State University das Wohlbefinden und erhöht die Produktion des schmerzhemmenden Hormons Noradrenalin.

Auch der Büro-Evergreen Efeutute hat zu Recht seinen festen Platz neben vielen Schreibtischen. Die Pflanze eliminiert nach einer Studie der Pennsylvania State University ebenfalls Formaldehyd und reduziert sogar die gefährliche Chemikalie Xylol, die in vielen Büros ihr Unwesen treibt und Stechen in der Brust sowie Halsreizungen verursachen kann.

Schließlich empfehlen Wissenschaftlicher der Rutgers University noch die immergrüne Gardenie, weil der Duft ihrer großen, weißen Blüten den ganzen Raum erfüllt und dabei antidepressiv wirkt.

@@infblk@@

Pressekontakt:
Marco Krahl
Textchef/Men's Health
Tel. 040/853303-963
E-Mail: mkrahl@menshealth.de

Originaltext:

Men's Health

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/32294/men-s-health>

Pressemappe als RSS:

http://presseportal.de/rss/pm_32294.rss2