

## Architektin gibt Tipps für die richtige Beleuchtung

# Gutes Licht – gutes Gefühl

Von Dörte Moll

**Intelligente Beleuchtungssysteme in Pflegeeinrichtungen erhöhen den Wohlfühlfaktor, sorgen für Sicherheit und erleichtern die Pflege.**

**Solingen.** Das Altenheim Josef-Haus in Solingen wurde in diesem Jahr saniert. Besonderes Augenmerk legten die Betreiber auf ein starkes Beleuchtungskonzept, das den Anforderungen der 86 Bewohner und der Pflegenden gerecht wurde. Allein hier wurden rund 200 000 Euro investiert. Das bedeutet etwa 2 500 Euro pro Bewohnerplatz.

Die Erfahrung des Betreibers: Licht und Beleuchtung sorgen für Sicherheit, Behaglichkeit und Gesundheit. Demenziell veränderte Menschen nehmen Beleuchtung noch intensiver und verstärkt wahr. Blendendes Licht, das zu Spiegelungen auf dem Boden führt, kann die Illusion von Wasser hervorrufen. Bewohner ziehen Schuhe und Socken aus, um durch das vermeintliche Wasser zu waten. Schlecht ausgeleuchtete Flure, Räume und Treppenhäuser dagegen können vorhandene Ängste verstärken, Schatten als Bedrohung empfunden werden und insgesamt die Sturzgefahr verstärken.

Helles, blendfreies Licht ist ein wichtiger Impulsgeber. Was passiert, wenn zu wenig Licht vom Auge zum Gehirn geleitet werden kann, erschließt sich in Ansätzen manchem gesunden und jungen Menschen schon an grau-trüben Novembertagen: Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Erschöpfungszustand, Konzentrationsmangel bis hin zu Ängstlichkeit und Traurigkeit.



Das Licht im Tagesraum lässt sich variabel den Bedürfnissen anpassen. Der Kaminbereich wird eine helle Wohlfühl-ecke mit unterschiedlich steuerbarer Beleuchtung.

Fotos: Moll

Die Forschung hat dafür den Begriff SAD geprägt – saisonal abhängige Depression – die durch Lichtmangel zustande kommt.

Lichttherapie bildet hier eine nebenwirkungsfreie, einfache Heilungsmethode. Helles weißes Licht von 2500 bis 10000 Lux bringt Forschungsergebnissen zufolge bis zu 80 Prozent Verbesserung – ohne erhöhte Medikamentengabe. Licht- und Farbtherapie kann daher als eines der zukünftigen Themen betrachtet werden. Ein gutes Lichtkonzept – optimiert durch integrierte Lichttherapie – kann auch zur Unterstützung eines gesunden Schlaf-Wachrhythmus beitragen und zu einer positiven Entlastung des Pflegepersonals führen.

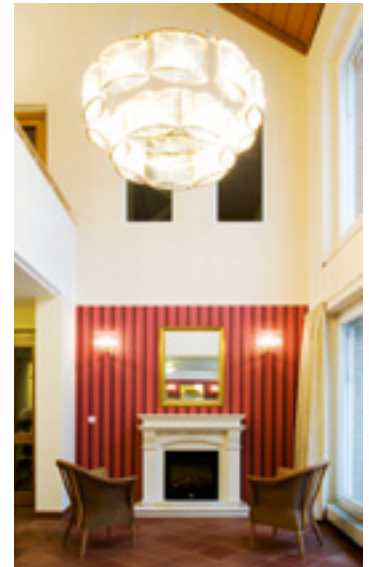
Auch deshalb nehmen Heimaufsicht und MDK die Beleuchtung in Senioreneinrichtungen sehr ernst. Doch welche Beleuchtung angemessen und den Verhältnissen der Bewohner zu-

träglich ist, wird nicht definiert. Ausreichendes Licht ist bisher noch ein subjektiver Faktor.

Einzig die VDI Richtlinie 6008 zum Thema „Barrierefreies Leben“ gibt hier Anhaltspunkte. Die notwendigen Forderungen haben bisher keinen Eingang in Bauverordnungen und DIN Normen gefunden. Eine nach diesen Normen geplante Beleuchtung berücksichtigt daher nicht die spezielle Situation alter Menschen. Gute Lichtplaner wissen seit langem, dass die vorgegebenen Richtlinien für den Altenpflegebereich nicht ausreichen, es müssen 1,5 bis 3 mal so hohe Beleuchtungsstärken angesetzt werden.

### Erleichterung mit Erleuchtung

Gute Beleuchtung ist letztendlich auch für das Pflegepersonal arbeitsunterstützend. Alle Bewohnerzimmer sollten durchschnittlich im Mittel 500 Lux



erreichen. Ein flexibles Beleuchtungskonzept ermöglicht flexible Handhabung (ein Leselicht neben dem Bett, eine Stehleuchte mit schwenkbarem Arm, ein ausgewogenes Deckenlicht). Aktive Hilfe wie Spritzen setzen und Verbände erneuern erfordert taghelles Licht, wohingegen angenehme, Geborgenheit ausstrahlende Beleuchtung bei lang andauernder Bettlägerigkeit sinnvoll ist. //

### INFORMATION

Moll Architektur Bonn  
Fasanenweg 21, 53127 Bonn  
Tel. (02 28) 9 61 01 88 0  
kontakt@moll-architektur.de  
www.moll-architektur.de  
Eine Tabelle mit empfohlenen Beleuchtungswerten aus der VDI Richtlinie 6008 können unter [www.carekonkret.vincentz.net/downloads](http://www.carekonkret.vincentz.net/downloads) abrufen.