

Lüften: Der neue Wellness-Trend, der die USA erobert!

Lüften wird auf TikTok zum neuen Trend. Entdecken Sie die Gesundheitsvorteile und kulturellen Unterschiede – Insights von Lucie Rauschnabel.



Nachrichten AG

Texas, USA - In einem aufsehenerregenden Trend auf TikTok erleben die Amerikaner nun das Lüften neu. Diese einfache, aber notwendige Praxis, die in Deutschland alltäglich ist, wird von Influencerin Lucie Rauschnabel ins Rampenlicht gerückt. Ihre Geschichten über das Lüften, das sie durch ihre deutschen Eltern erlernt hat, stoßen auf großes Interesse. Ihr beliebtes Video mit dem Titel „Der deutsche Herbsttrend, den du jetzt ausprobieren solltest“ hat die Aufmerksamkeit des renommierten Wohnblogs Apartment Therapy auf sich gezogen, der den Trend als neuen Wellness-Hype bezeichnet. Laut diesem ist Lüften nicht nur eine einfache Möglichkeit, frische Luft in die Wohnung zu lassen, sondern hat auch zahlreiche gesundheitliche Vorteile, die die Stimmung, die Atemwege und

sogar die Verdauung verbessern sollen, wie auch schon **heute.at** berichtete.

Ein neuer Gesundheits-Hype aus Deutschland

Die Idee, Fenster zu öffnen und frische Luft hereinzulassen, scheint für viele Amerikaner neu zu sein. Während in Deutschland das tägliche Lüften fest verankert ist, ist es in den USA oft die Klimaanlage, die frische Luft ersetzt. Zudem haben die höheren Außentemperaturen in vielen Bundesstaaten einen gewissen Einfluss auf diese Gewohnheiten. Obwohl eine Anwohnerin in Texas anmerkte: „Draußen hat es 40 Grad“, scheinen die gesundheitlichen Vorteile des Lüftens durch das Begeisterungsfeld von TikTok immer mehr in den Fokus zu rücken. Es ist nicht zu glauben, dass eine so einfache Praxis wie Lüften von mittlerweile vielen als Lifestyle-Trend entdeckt wird, der angeblich die Gesundheit steigern kann, so wie **bluwin.ch** unterstreicht. Es bleibt abzuwarten, wie lange es dauert, bis die Amerikaner das Stoßlüften als effiziente Methode für frische Luft in ihren eigenen vier Wänden ganz für sich entdecken.

Details	
Ort	Texas, USA
Quellen	• www.heute.at • www.bluwin.ch

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at