



Richtig heizen und lüften

Allgemeines

Richtiges Heizen und Lüften sorgt nicht nur für ein gesundes Raumklima, sondern senkt zugleich den Energieverbrauch!

Entscheidend für ein behagliches Wohnklima sind neben der Raumtemperatur und der Temperatur an den umschließenden Flächen (Wand, Decke, Boden) auch die Luftfeuchtigkeit, -qualität und -bewegung. Dabei werden bei einer relativen Luftfeuchte von 35 bis 60 Prozent in der Regel Raumtemperaturen von 19 bis 22 °C als angenehm empfunden.

Mit einem handelsüblichen Thermo-Hygrometer können Temperatur und Luftfeuchtigkeit einfach überprüft werden. Steigt die Luftfeuchtigkeit auf 50 bis 60 Prozent wird es vor allem im Winter kritisch, wenn die Luft an kalten schlecht gedämmten Wandoberflächen abkühlt. Die kalte Luft kann noch weniger Feuchtigkeit aufnehmen, die relative Feuchte steigt an der kalten Wand dadurch auf über 70 Prozent und die Schimmelgefahr nimmt zu. Zum Erreichen eines optimalen Wohnklimas sowie zur Vermeidung von Schimmel- und Feuchtigkeitsschäden sind nachstehende Hinweise zu beachten:

1. Lüften Sie die Räume abhängig von deren Funktion und Nutzung!

Das Klima in den Räumen ist stark abhängig von deren Nutzung. So müssen Schlaf- und Wohnräume, Küche und Bad unterschiedlich gelüftet werden. Allein durch den Aufenthalt von Personen wird je nach Art der Aktivität (Schlafen, Sport) Feuchtigkeit an die Raumluft abgegeben. Beim Duschen und Kochen entsteht die meiste Feuchtigkeit.

Generell sollten vorhandene Feuchte, aber auch Gerüche sofort an ihrem Entstehungsort und noch während bzw. unmittelbar nach ihrer Entstehung „weggelüftet“ werden.

2. In Heizperioden ständig gekippte Fenster vermeiden!

Dauerhaft angekippte Fenster im Winter erhöhen den Energieverbrauch und somit die Heizkosten erheblich. Zudem können hierdurch Schimmel- und Feuchtigkeitsschäden an der kühlen Wand oberhalb der Fensteröffnung entstehen.

Die effektivste Art zu lüften ist, bei ausgeschalteter Heizung gegenüberliegende Fenster und Türen zu öffnen (Stoß- bzw. Querlüftung). Nach allenfalls zehn Minuten ist durch den entstehenden Durchzug die verbrauchte feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, ohne dass dabei die Wände zu stark abkühlen. Diese Art der Lüftung sollte möglichst zwei bis vier Mal am Tag erfolgen, je nach Aufenthaltsdauer.

3. Beim Stoßlüften auf die Innentüren achten!

Schlafräume sollten gleich nach dem Aufstehen gelüftet werden. Dabei können die Innentüren der Wohnung offen bleiben. Wenn jedoch in Bad oder Küche nach dem Duschen oder Kochen gelüftet wird, sollten die Türen geschlossen werden, damit sich die feuchte Luft nicht auf die angrenzenden Räume verteilt.

4. Mehr lüften, wenn Wäschetrocknen unvermeidlich ist!

Vorhandene Wäscheplätze oder Trockenräume sollten genutzt werden. Muss dennoch in der Wohnung Wäsche getrocknet werden, so sollte unbedingt zusätzlich gelüftet werden. Hierbei kann es bei hohen Außentemperaturen ausreichen, während der Zeit ein Fenster anzukippen und die Tür zu dem entsprechenden Raum geschlossen zu halten. Bei niedrigen Außentemperaturen ist jedoch eine verstärkte Stoßlüftung erforderlich, das spart Heizkosten.

5. Nach einer Modernisierung das Lüftungsverhalten nochmals überprüfen!

Eine Sanierung kann zu kritischen Feuchtigkeitszuständen führen, wenn das Lüftungsverhalten nicht geändert wird.

Werden z. B. die Fenster oder Fensterdichtungen erneuert (Wohnung wird luftdichter) und erfolgen an den Außenwänden lediglich Schönheitsreparaturen (Wandtemperatur bleibt im Winter niedrig), so steigt die relative Feuchte der Wohnung und damit die Gefahr von Schimmel- und Feuchtigkeitsschäden. Es muss



also zukünftig mehr gelüftet werden. Bei ganztägiger Anwesenheit empfiehlt es sich, sechs bis acht Mal pro Tag für fünf bis zehn Minuten querzulüften. Aber auch nach einer umfangreichen Modernisierung (Fenster ausgetauscht, Fassade voll gedämmt) muss das Lüftungsverhalten überprüft und gegebenenfalls angepasst werden. Generell sollte während und nach einer Sanierung vorhandene Baufeuchte durch häufigeres oder längeres Lüften beseitigt werden.

6. Heizkörper abschalten, wenn die Fenster geöffnet sind!

Wenn die Heizung während des Lüftens im Winter nicht herunterreguliert wird, werden Wärme und somit Geld zum Fenster hinausgelüftet. Thermostatventil daher auf Frostschutzstellung drehen, sonst wird durch die einströmende kalte Außenluft das Ventil automatisch geöffnet und der Heizkörper aufgeheizt!

7. Nachts und bei Abwesenheit die Heizung drosseln!

Wer nachts die Raumtemperatur verringert, spart Energie. Zudem sorgen nicht übermäßig beheizte Räume für einen erholsamen Schlaf. Hierbei sollte jedoch eine Raumtemperatur von mindestens 16 °C nicht unterschritten werden. Gleiches gilt, wenn tagsüber bei Abwesenheit die Raumtemperatur gesenkt wird.

8. Alle Räume ausreichend heizen! Kellerräume richtig lüften!

Kalte Luft kann weniger Wasser aufnehmen als warme. Daher sollte in Schlafräumen oder wenig genutzten Räumen die Temperatur nicht unter 16 °C sinken, es kann sonst zur Kondensation von Feuchtigkeit kommen. Die Räume sind daher von Zeit zu Zeit zu temperieren, um Schimmelbildung zu verhindern. Unbeheizte, kühle Räume (z. B. Keller) sollten nur bei trockener kalter Außenluft gelüftet werden. Dies ist insbesondere im Sommer wichtig – hier darf nur in den kühlen Morgen- oder Abendstunden gelüftet werden. Dabei ist darauf zu achten, dass die Außenlufttemperatur nicht höher als die Raumtemperatur ist.

9. Alle Türen zu weniger beheizten Räumen geschlossen halten!

Man sollte nicht versuchen, kühle Räume mit der Luft aus warmen Räumen zu heizen. Dadurch gelangt zu- meist kaum Wärme, aber umso mehr Luftfeuchtigkeit in den kühlen Raum. Die relative Luftfeuchte steigt dort und erleichtert das Wachstum von Schimmelpilzen. Zwischen unterschiedlich beheizten Räumen sollten daher die Türen geschlossen bleiben.

10. Wärmeabgabe des Heizkörpers nicht behindern!

Heizkörper sollten nicht durch Verkleidungen, Möbel oder Vorhänge in ihrer Wärmeabgabe behindert werden. Ein abgedecktes Thermostatventil kann zudem die Raumtemperatur nicht korrekt erfassen und die Funktion der Heizung negativ beeinflussen. Größere Möbelstücke sollten bei schlecht gedämmten Gebäuden besser an Innenwänden oder mit einem Abstand von 10 Zentimetern von der Außenwand entfernt aufgestellt werden. Hierdurch wird verhindert, dass die Wand hinter dem Möbelstück abkühlt, die Feuchtigkeit kondensiert und die Bildung von Schimmelpilzen begünstigt.

Wer alle Tipps zum richtigen Heizen und Lüften beachtet, kann sich schon bald über die Heizkostenabrechnung freuen, denn er wird mit Sicherheit Energie einsparen. Sollten jedoch trotz richtigem Heizen und Lüften immer noch Schimmel- und Feuchtigkeitsstellen sichtbar werden, so liegt unter Umständen ein Baumangel vor. Die Folgen eines undichten Daches oder einer ausgeprägten Wärmebrücke können nicht weg- gelüftet werden.

Hinweis:

Dieses Informationsblatt kann keine persönliche Beratung im Einzelfall ersetzen. Für eine solche persönliche Beratung wenden Sie sich bitte an Ihren Aachener Haus & Grund.

Mehr Informationen auch auf unseren Internetseiten unter: www.HausundGrund-Aachen.de.