

Kleine Wohnungen richtig lüften und heizen

Detlef Malinowsky
Dipl.-Ing. (FH)

Otto-Hahn-Strasse 34
85521 Riemerling

Tel.: 089/63 879 13 0

Einleitung

Richtig lüften ist genauso wichtig wie richtig heizen.

Beim Duschen im Badezimmer, beim Kochen in der Küche, beim Wäschetrocknen im Keller oder einfach durchs Schwitzen – überall im Haus entsteht Feuchtigkeit.

Die muss durch richtiges Lüften raus, um gesundheitsgefährdenden Schimmel in der Wohnung zu vermeiden.

Hier sind ein paar Tipps, die zeigen wie man eine Wohnung richtig lüftet und dabei sogar Energie sparen kann.

Feuchte Luft

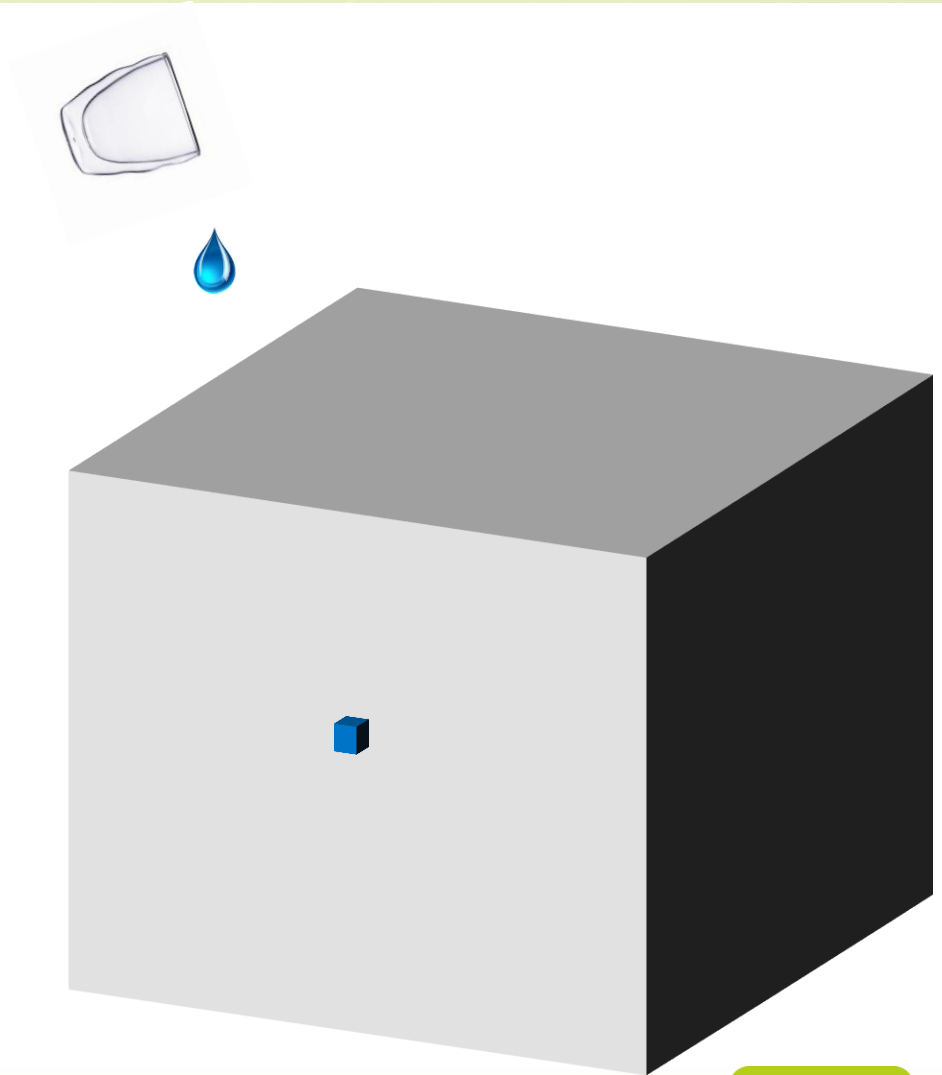
Beispiel:

1 m³ Luft bei 20 °C

Die Luft wird mit einem Schnapsglas Wasser angereichert... (10 g)

Luft gesättigt oder ungesättigt?

Luft ist ungesättigt!



Feuchte Luft

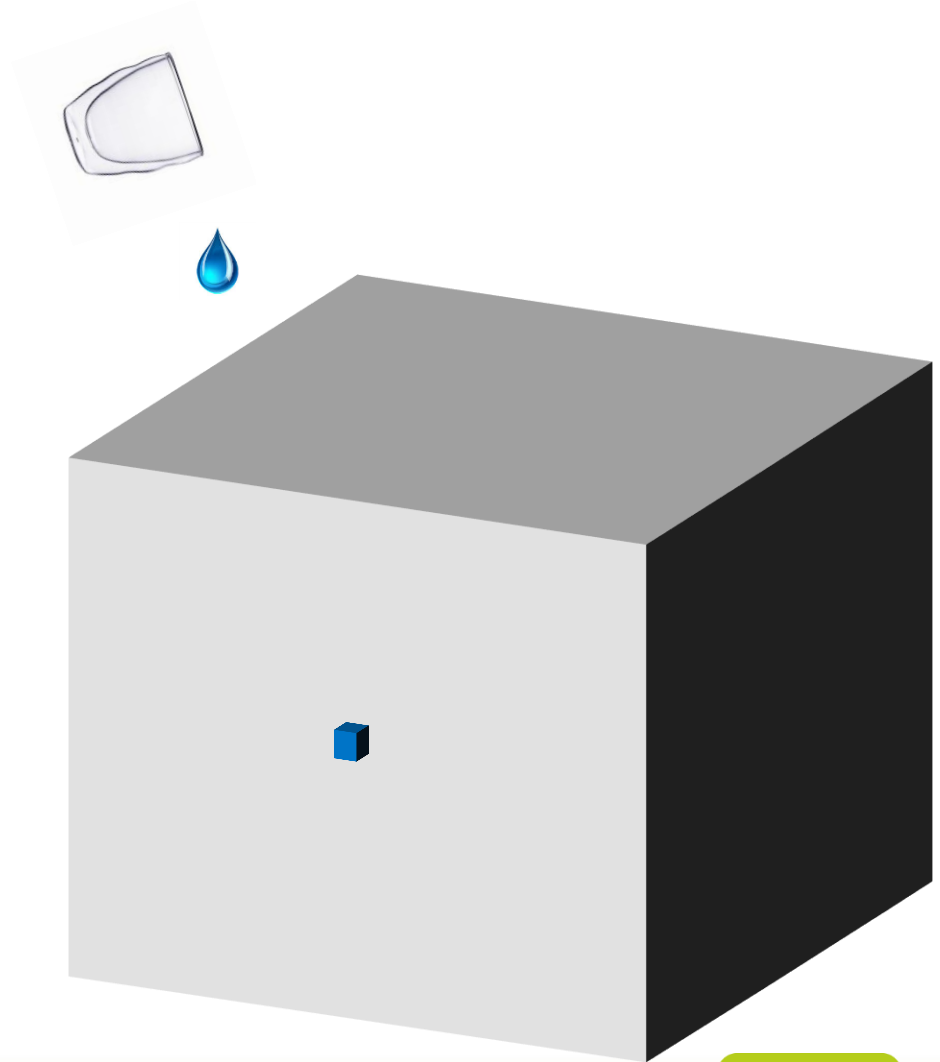
Beispiel:

1 m³ Luft bei 10 °C

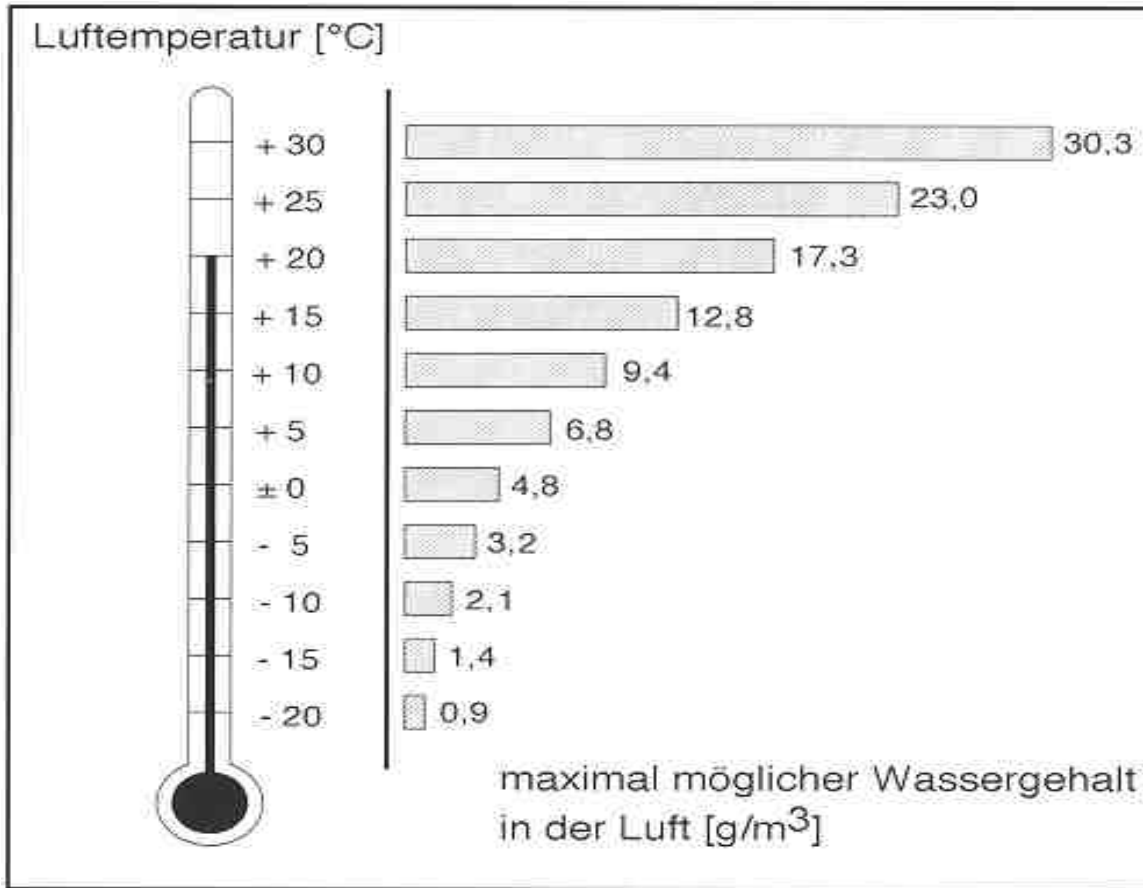
Die Luft wird mit einem Schnapsglas Wasser angereichert... (10 g)

Luft gesättigt oder ungesättigt?

Luft ist gesättigt!



Wasserdampf in Luft



Maximaler Wasserdampfgehalt (100% Luftfeuchte) in Gramm pro Kubikmeter Luft bei verschiedenen Temperaturen

Was ist die optimale Luftfeuchtigkeit in bewohnten Räumen

Wohnraum: 45 – 55 %

Kellerraum: 55 – 60 %

Garage: 45 – 65 %

EDV-Serverraum: 45 – 55 %

Weinkeller: 65 – 75 %

Büroräume: 50 – 55 %

1. Richtig lüften heißt regelmäßig lüften: zwei bis vier Mal täglich

In jeder Wohnung entsteht Feuchtigkeit.

Rund zwölf Liter Wasser kommen bei einem 4-Personen-Haushalt pro Tag zusammen und die müssen durch richtiges Lüften wieder raus.

Sonst lagert sich die Feuchtigkeit als Tauwasser an der kältesten Stelle im Zimmer ab, das ist besonders im Winter ein schmackhafter Nährboden für Schimmel.

Nur mit der richtigen Dosis frischer Luft erhältst du ein gesundes und angenehmes Raumklima.

Die Wohnung richtig lüften heißt: zwei bis vier mal täglich die Fenster aufmachen. So erreichst du die optimale Luftfeuchtigkeit in der Wohnung.

2. Bad und Küche ruhig häufiger lüften

Bad und Küche sind die feuchtesten Räume im Haus.

Hier entsteht auch besonders häufig Schimmel.

Darum solltest du dort ruhig noch öfter lüften als in den anderen Räumen – vor allem direkt nach dampfigen Duschen oder Kochen.

So vermeidest du Schimmel in der Wohnung.

3. Voll auf: kurz Stoßlüften statt Dauerlüften mit gekippten Fenster

Für richtiges Lüften ist die Dauer besonders wichtig.

Vollkommen verkehrt ist das Dauerlüften bei gekipptem Fenster, da der Luftaustausch (die frische Luft von draußen enthält im Winter wesentlich weniger Feuchtigkeit als die Zimmerluft – auch wenn es regnet oder schneit) dabei nur minimal erfolgen kann.

Stattdessen kühlt eine Wohnung vor allem im Winter langsam aus und du verschwendest Energie.

Besonders kühl wird es am Sturz über dem gekippten Fenster.

Dort kann sich Feuchtigkeit ablagern und Schimmel bilden.

Sinnvoll dagegen ist regelmäßiges kurzes Stoßlüften:

Mach das Fenster für fünf bis zehn Minuten vollständig auf.

4. Richtig Querlüften: für richtigen Durchzug sorgen

Einen besonders effektiven Luftaustausch erreichst du durch das Querlüften der Räume.

Mach beim Stoßlüften gleichzeitig die Fenster in gegenüberliegenden Räumen auf und natürlich auch die Raamtüren.

So entsteht ein Luftzug, der die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung im wahrsten Sinne des Wortes aus den Fenstern weht.

5. Richtig lüften heißt auch richtig heizen

Drehe während des Lüftens unbedingt die Heizungsventile aus.

Auch wenn man höchstens 10 Minuten die Fenster zum Lüften geöffnet haben sollte, wird sonst viel zu viel wertvolle Energie aus dem Fenster geheizt.

Direkt nach dem Lüften solltest man die Heizung wieder auf die richtige Temperatur drehen.

6. Schlafzimmer: die Außenwände frei lassen

Gerade im Winter ist es im Schlafzimmer meist deutlich kühler als im Rest der Wohnung.

Darum kann sich dort auch die Luftfeuchtigkeit schneller niederschlagen.

Das gilt insbesondere für Außenwände, die durch Schränke oder andere Möbel zugestellt sind.

Damit die Raumluft zwischen Mauer und Möbel richtig zirkulieren kann, solltest man immer mindestens 10 cm Platz dazwischen lassen.

7. Kondenswasser am Fenster: ein Zeichen für falsches Lüften

Die Fensterscheiben sind meistens die kältesten Stellen im Raum.

Dort lagert sich die Feuchtigkeit ab, wenn sie nicht durch richtiges Lüften aus dem Fenster gelassen wird.

Kondenswasser sollte stets weggewischt werden.

Wenn Fenster in Wohnräumen häufig mit Kondenswasser beschlagen sind, ist das meist ein Zeichen für falsches Lüft- bzw. Heizverhalten.

8. Richtiges Lüften geht nur bei angemessenen Raumtemperaturen

Man heizt richtig, wenn die Raumtemperatur im Wohnbereich etwa bei 20 Grad oder Mehr liegt – wer Energie sparen will, dreht ein, zwei Grad runter.

In den anderen Räumen genügt oft eine niedrigere Temperatur.

In der Küche heizen Herd und Kühlschrank mit, und auch im Schlafzimmer reichen 16-17 Grad für einen behaglichen Schlaf aus.

In Treppenhaus und Windfang sind 12 Grad angemessen, im Keller reichen 6 Grad.

9. Wer es genau wissen will: Luftfeuchtigkeit messen

Mit einem Hygrometer (gute Geräte sind schon ab 20 Euro erhältlich) kann man ganz einfach die relative Luftfeuchtigkeit in der Wohnung kontrollieren.

Im Winter sollte die Luftfeuchtigkeit nicht mehr als 50 Prozent betragen, um Schimmel zu vermeiden.

Für unser Wohlbefinden hingegen wird eine höhere Luftfeuchtigkeit empfohlen: etwa 60 Prozent.

Hier steht man also vor einem kleinen Dilemma:

Sehr trockene Luft reizt die Schleimhäute und Atemwege und kann zu Kopfschmerzen führen,

sehr feuchte Luft fördert Schimmelbildung in der Wohnung.

Intelligente Hygrometer



Kleine Wohnungen richtig lüften und heizen

(BDM)

Aktive Raumentfeuchter

- **Bautrockner für den Profieinsatz**
 - Hohe Entfeuchtungsleistung
 - Temperaturunabhängigkeit
 - Dauerbetrieb (hoher Stromverbrauch)
- **Raumentfeuchter in der Wohnung**
 - Relativ günstig in der Anschaffung
 - Entfeuchtungsleistung (10 bis 30 L/T)
 - Stromverbrauch
- **Luftentfeuchter mit Granulat**
 - Günstiger Anschaffungspreis
 - Geräuscharmer Betrieb
 - Geringe Stromkosten
 - ständiger Granulattausch



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

