



Lüften

Ohne Frischluftzufuhr droht Schimmel in der Wohnung. Allerdings sollte während der Heizsaison beim Lüften nicht zu viel Wärme entweichen.



Mindestens zwei Mal täglich sollte man die Fenster für ein paar Minuten öffnen. Bild: Okssi68/depositphotos.com

Je besser ein Fenster abgedichtet ist, desto wichtiger ist es, regelmäßig zu lüften. Schließlich dient das Lüften nicht der Temperaturregulierung, sondern dem Austausch verbrauchter Luft und vor allem dem Abführen von Feuchtigkeit. Nicht nur in Bad und Küche besteht grundsätzlich ein Schimmelrisiko, wenn nicht gelüftet wird, sondern überall, wo wir uns aufhalten, denn Menschen dünsten pro Tag etwa 1,5 Liter Feuchtigkeit aus. Damit nicht zu viel Wärme entweicht, sollte man nur stoßlüften, also alle Fenster im Raum für ein paar Minuten öffnen. Dadurch geht nur die in der Luft, nicht aber die in den Wänden gespeicherte Wärme verloren.

Das Stoßlüften begrenzt man am besten auf fünf Minuten von Dezember bis Februar und zehn Minuten in der Übergangssaison, mindestens zwei Mal täglich. Während der ganzen Heizsaison sind gekippte Fenster tabu, das Lüften in einem Stoß ist wesentlich effizienter. Damit nicht direkt aus dem Fenster geheizt wird, müssen die Ventile der Heizung beim Lüften immer abgedreht werden.

Zusätzlich gelüftet werden sollte nach Aktivitäten, die die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung besonders erhöhen: duschen, kochen, bügeln, Wäsche zum Trocknen aufhängen. Auch wenn es draußen regnet, sinkt nach dem Lüften die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung. Das optimale Wohnklima herrscht bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von 40 bis 60 Prozent. Wie hoch die Luftfeuchtigkeit ist, lässt sich mit einem Hygrometer messen. Die Messgeräte sind sowohl in mechanischer als auch digitaler Form im Handel erhältlich. Wichtig: Die angezeigten Werte müssen unbedingt überprüft und die Geräte dann nachjustiert werden. Dazu einfach das Hygrometer in ein feuchtes Handtuch wickeln, nach ein paar Stunden muss der Wert bei 95 Prozent liegen.

In modernen Neubauten übernimmt die Haustechnik das Lüften. Wenn sie dem heutigen Stand der Technik entspricht, wird dabei Wärme aus der Abluft rückgewonnen. Lüftungsanlagen mit Wärmerückgewinnung kosten zwar rund vier Mal so viel wie Anlagen ohne Wärmetauscher, allerdings sind sie in der Lage, mindestens 75 Prozent der Wärme aus der Abluft zu entnehmen und wieder dem Heizkreislauf zuzuführen.



Tipps zur Schimmelvermeidung
www.co2online.de



Hygrometer im Test
www.test.de