

Richtig Heizen und Lüften – vorbeugend gegen Schimmelpilzbefall

KRAUSE

IMMOBILIEN &
HAUSVERWALTUNG

Einer der Hauptzwecke des Lüftens ist die Abfuhr von entstandener Feuchtigkeit. Es ist daher wichtig, ein Gefühl dafür zu haben, welche Mengen an Wasser wir täglich produzieren. In der nachfolgenden Tabelle ist dargestellt, wie viel Wasser durch alltägliche Verrichtungen im Haushalt entsteht:

<u>Feuchtigkeitsquelle</u>	<u>Abgegebene Wassermenge</u>
Mensch, je nach Betätigung	50 bis 200 g pro Stunde
Große Topfpflanze	20 bis 30 g pro Stunde
Geschirrspüler	150 bis 250 g pro Spülgang
Waschmaschine	220 bis 400 g pro Waschgang
Kochen	450 bis 1000 g pro Stunde
Wannenbad	ca. 1200 g pro Bad
Dusche	ca. 1600 g pro Duschbad

In einem Vierpersonenhaushalt können, je nach Intensität der Nutzung bis zu 15 kg Feuchtigkeit in 24 Stunden freigesetzt werden. Die Aufnahmefähigkeit der Luft für diese Feuchtigkeit ist wiederum sehr stark abhängig von der Lufttemperatur:

Ein Kubikmeter Luft von 25 °C kann ca. 23 g Wasser aufnehmen, bei 20 °C ca. 17 g, bei 15 °C ca. 13 g. Winterliche Außenluft mit einer Temperatur von -10 °C kann nur noch ca. 2 g Feuchtigkeit enthalten, ohne dass es zu Kondensationserscheinungen kommt.

Hier ist dargestellt, wie lange Sie unter verschiedenen Bedingungen lüften müssen, um die Luft einmal vollständig auszutauschen:

<u>Art der Lüftung</u>	<u>Minimale Lüftungsdauer für einen vollständigen Luftaustausch</u>	<u>Luftwechselrate pro Stunde</u>
Querlüftung durch Öffnen gegenüberliegender Fenster	ca. 2 Minuten	ca. 30
Vollständig geöffnetes Fenster	ca. 4 bis 8 Minuten	ca. 8 bis 15
Gekippte Flügel gegenüberliegender Fenster	ca. 6 bis 15 Minuten	ca. 4 bis 10
Gekippte Fensterflügel	ca. 30 bis 120 Minuten	ca. 0,5 bis 2
Gekippte Fensterflügel, Rollläden geschlossen	ca. 1 bis 3 Stunden	ca. 0,3 bis 1
Fenster und Türen geschlossen	ca. 3 Stunden	ca. 0 bis 0,2

Richtig heizen und lüften wirkt vorbeugend gegen Schimmelpilzbefall

Vorbeugende Maßnahmen sind auf die Dauer wirkungsvoll und einfach einzuhalten, dient es doch an erster Stelle der eigenen Gesundheit und dem eigenen Wohlbefinden. Unsere heutzutage hochgedämmten und sehr dichten Haushüllen verlangen Verständnis zum richtigen Verhalten. Um überhaupt ein Gefühl für das Wohnklima zu bekommen, sollten Sie sich mehrere Innen- und ein Außenthermometer und ein Luftfeuchtemesser (Hygrometer) anschaffen. Sie werden sehen, es macht am Ende Spaß, die Wechselwirkungen vom Innen- und Außenklima verstehen zu lernen.

Richtige Temperaturen

- In Wohnbereich und Küche 20 °C, im Bad 21 °C, im Schlafzimmer tagsüber 18 °C, nachts 14-16 °C
- Luftfeuchte: ideal 45-55 % rel. (bis 65 %, nur kurzzeitig, bis 2 Std.)
- Wandoberflächentemperaturen nicht unter 15 °C (Außenwände)
- Bei Abwesenheit, Heizung nie ganz abstellen. Das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur ist sparsamer.
- Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tagsüber und nachts geschlossen halten. Das kalte Schlafzimmer *niemals* vom Wohnraum aus mitheizen. Dies kann Schimmel zur Folge haben.



Richtig Querlüften

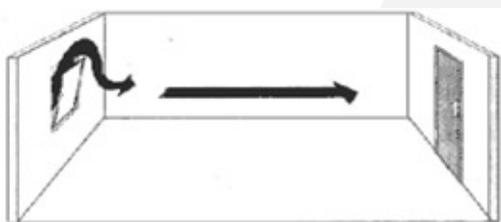
- Von drinnen nach draußen lüften. (wärmere = feuchtere Luft raus, dafür kältere = trockenere hinein)
- Quer durch die Wohnung lüften (Querlüften, mind. zwei gegenüberliegende Fenster)
- Bei jedem Wetter, auch bei Regen lüften. Kalte Außenluft ist trockener als die warme Zimmerluft.
- Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.
- Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden.
- Die Fenster kurzzeitig (wenige Minuten sind ausreichend) ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos, verschwendet Heizenergie, kann u. U. Schimmelbildung fördern.
- Bei dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften.
- Innenbäder brauchen regelmäßig eine Zwangslüftung (Lüfter, z. B. ans Licht gekoppelt)

Richtiger Lüftungszeitpunkt

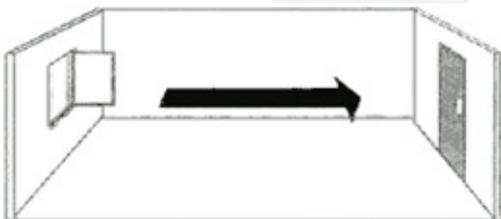
- Morgens einmal kompletten Luftwechsel durchführen, Durchzug machen, in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen.
- Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben.
- Abends wieder einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.
- Bei Abwesenheit (Berufstätigkeit) am Tage reicht es, morgens und abends zu lüften.

Richtige Lüftungsdauer

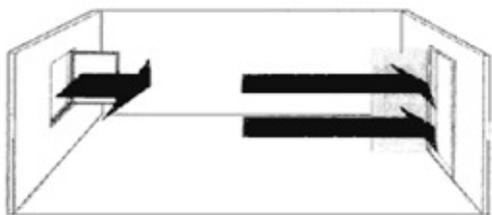
- Die nötige Lüftungszeit ist vom Unterschied von der Innen- zur Außentemperatur und dem Wind abhängig. Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen in der Regel wenige Minuten Stoßlüftung aus. (Wenn Sie an entferntester Stelle am nassen Finger kühlen Luftzug verspüren, reichte die Zeit schon aus).
- Bäder auf dem kürzesten Weg in Richtung nach draußen lüften.
- Beim Kochen, Wäschetrocknung, Bügeln: Raum geschlossen halten und möglichst sofort oder öfters nach draußen ablüften.



--> Fenster gekippt



--> Stoßlüften (Fenster ganz offen)



-->Querlüftung

Monat	Fenster gekippt
Januar	11
Februar	12
März	14
April	21
Mai	53
Oktober	48
November	18
Dezember	12

Monat	Stoßlüften
Januar	2
Februar	2
März	3
April	4
Mai	10
Oktober	9
November	3
Dezember	2

Monat	Querlüftung
Januar	1
Februar	1
März	1
April	1
Mai	3
Oktober	3
November	1
Dezember	1

Kalte Außenwand

- Möbel (Schrankwand usw.) mit einigen Zentimetern Abstand zu Boden und Wand aufstellen (Umlüftung). An problematischen Außenwänden sollte im Winter die Oberflächentemperatur gemessen werden. Sie sollte nicht unter 15 °C fallen.