

Häufig gestellte Fragen

Wie oft sollte ich welche Räume lüften?

Dauerhaft bewohnte Räume sollten so gelüftet werden, dass ein kompletter Luftaustausch innerhalb von 2 Stunden erfolgt. Wenn keine mechanische Lüftungsanlage vorhanden ist, erfolgt dies am besten durch eine „Stoßlüftung“, d. h. Fenster und wenn möglich eine gegenüberliegende Tür werden für 5 – 10 Minuten weit geöffnet, um die Luft auszutauschen. Gekippte Fenster führen zu weniger effizientem Lüften und verschwenden unnötig Heizenergie. Für Berufstätige: Bäder lüften bevor Sie die Wohnung verlassen. Wichtig: Vermeiden Sie Feuchteintrag in relativ kalte Räume (z. B. Schlafzimmer) durch „Innenlüftung“ der Bäder.

Wie lüfte ich im Keller?

Luft enthält Wasser, auch wenn dieses für unser Auge nicht sichtbar ist. Warme Luft kann wesentlich mehr Wasser aufnehmen als kalte Luft. So enthält beispielsweise Luft mit 25 Grad und 50% relativer Luftfeuchte ca. 12 g Wasserdampf pro cbm, Luft mit 0 Grad und 80 % Luftfeuchte aber nur 4 g pro cbm. Gelangt im Sommer warme Luft in Kellerräume entsteht an den kühlen Oberflächen Tauwasserausfall, der zu Schimmelbildung führen kann. Umgekehrt kann im Winter kalte Luft überschüssige Feuchte aus dem Keller aufnehmen und so den Keller trocknen.

Also: Vermeiden Sie den Eintrag von feucht, schwüler „Sommerluft“ in Ihren Keller und lüften Sie den Keller an kalten, klaren Wintertagen (Frostschutz von Wasserleitungen beachten).

Welchen Vorteil haben mechanische Lüftungsanlagen?

Lüftungsanlagen sorgen für einen kontinuierlichen Luftaustausch bewohnter Räume. Dadurch wird verbrauchte Innenluft in gewünschtem Umfang gegen frische Außenluft ausgetauscht.

Die Luftwechselrate kann je nach Nutzungsgrad der Räume exakt eingestellt werden. Die Lüftung erfolgt komfortabel ohne dass auf „Öffnungszeiten“ von Fenstern und Türen geachtet werden muss.

Lüftungsanlagen mit Wärmerückgewinnungstauschern führen zusätzlich die in der Abluft enthaltene Wärme größtenteils der Frischluft zu, so dass Heizenergie eingespart werden kann. Lüftungsanlagen sind mit Zuluftfiltern ausgerüstet und können so z. B. den Eintrag von allergieauslösenden Feinstäuben merklich reduzieren.

Kann man zu wenig oder zu viel lüften?

Mangelnde, unzureichende Lüftung von Räumen kann zu erheblichen Bauschäden und zu Gesundheitsbeeinträchtigungen der Hausbewohner führen. Ein Zuviel an Lüftung führt in den Wintermonaten zu Energieverschwendung und ist deshalb aus ökonomischen Gründen nicht sinnvoll.



BILDUNGSZENTRUM

Leipzigstraße 13, 21 und 41
88400 Biberach an der Riss
Telefon: 0 73 51 / 4 40 91-0
info@zimmererzentrum.de
www.zimmererzentrum.de



BILDUNGSZENTRUM

HANDREICHUNG NR. 3

RICHTIG LÜFTEN



**Frische Luft rein, Feuchte raus –
Richtig lüften schützt Gesundheit und Haus!**



Warum richtig lüften?

Weil sich die Anforderungen geändert haben:

Neubauten und sanierte Gebäude sind effizienter gedämmt und auch „dichter“ als früher. Modernes Bauen bedeutet heute „Energiesparendes Bauen“. Eine unfreiwillige Lüftung, wie sie zu Großmutters Zeiten üblich war, ist durch dichte Fenster und Türen nicht mehr gegeben.

Auch das Wohnverhalten und der Anspruch an den Wohnkomfort haben sich in den letzten Jahrzehnten verändert. Es ist mehr Feuchtigkeit in den Wohnräumen vorhanden.

Die größten Wasserdampfquellen sind z. B.:

- pro Dusche & Vollbad $\approx 1,5$ Liter
- Kochen pro Stunde $\approx 0,5 - 1,1$ Liter
- Wäschetrocknen im Raum $\approx 1,5$ Liter
- eine schlafende Person pro Nacht $\approx 0,45$ Liter
- große Topfpflanzen pro Tag $\approx 0,3$ Liter (Wassermenge, die in der Luft gelöst ist)

Ein gesundes Wohnklima ist notwendig!

Dazu zählt auch eine gute Raumluftqualität:

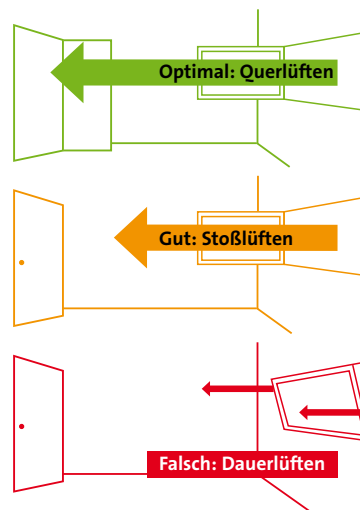
- Raumtemperatur $\approx 19 - 23^\circ$
- relative Luftfeuchtigkeit $\approx 40 - 60\%$

Die einzige effektive Maßnahme, um diese Werte zu erreichen, ist Lüften. Dadurch wird die Luftfeuchtigkeit reguliert, Feuchteschäden vermieden und gute hygienische Verhältnisse erzielt.



Richtig lüften – so geht's

- Die energiesparendste Maßnahme ist das Querlüften
- Ständig gekippte Fenster vermeiden!
- Alle Räume nach Funktion und Nutzung lüften.
- Wohn- und Schlafräume zweimal täglich für 5 – 10 Minuten bei voll geöffneten Fenstern lüften.
- Nach dem Kochen oder Duschen ist extrem viel Feuchte in der Luft enthalten. Hier gründlich lüften.
- Nach Sanierungen bzw. Bezug von neuen Wohnungen, Lüftungsgewohnheiten an die Bedürfnisse der Wohnung anpassen.
- Während des Lüftens sind die Heizkörperventile zu schließen.
- Dauerlüftungen sind nicht zu empfehlen; die Luft hat keine Zeit sich zu erwärmen. Man heizt also laufend, sprichwörtlich „zum Fenster hinaus“.



Tipps für frische Luft

- Größere Möbel möglichst an Innenwände stellen, sonst kann die warme Raumluft die Außenwände nicht erreichen. Folge: an kalten Wänden kann sich Tauwasser niederschlagen, dies begünstigt Schimmelbildung.
- Wenn Schränke doch an Außenwänden stehen, lassen Sie 5, besser 10 cm Abstand zur Wand. Bei gut gedämmten Wänden ist die Außenwand wärmer, somit das Problem nicht so gravierend.
- Vorhänge bereiten in Grenzbereichen manchmal Probleme. Sie sollten mindestens 10 cm Abstand von Wand und Boden haben, damit die Luft frei zirkulieren kann.
- Wäsche trocknen in der Wohnung vermeiden. Geht nicht? Dann lüften Sie in dieser Zeit bitte sorgfältig.
- Auch bei Regenwetter lohnt sich das Lüften. Die Luft ist draußen meist kälter als im Raum und deshalb trockener.
- Keller sind im Winter eher kein Problem – im Sommer dagegen dürfen diese nur gelüftet werden, wenn es draußen kälter ist als im Keller. Tagsüber alle Fenster schließen, damit die feuchtwarme Luft draußen bleibt.
- Achten Sie darauf, dass die feuchtwarme Luft nach dem Baden oder Duschen nicht in unbeheizte Räume gelangt.

Hinweis:

Nichts ist besser als eine kontrollierte Lüftungsanlage. Sie stellt immer den idealen Luftwechsel her und stellt so sicher, dass nicht zuviel gelüftet wird.