

Feuchtigkeit in der Wohnung- richtig heizen und lüften

Kondensierte Luftfeuchtigkeit ist optimaler Nährboden für gesundheitsgefährdenden Schimmel. Wer feuchte Untergründe vermeidet, bietet Schimmel keine Chance. Feuchteschäden in Wohnräumen treten meist nur in der Heizperiode auf (Oktober bis April).

Betroffen sind in der Regel nicht voll beheizte Räume wie Schlafzimmer, Abstellzimmer, Bad und Küche. Schimmel tritt zuerst an kalten Bereichen auf: Außenecken der Wände, im Fensterbereich, hinter Schränken und Möbeln.



Wissenswertes zur Luftfeuchtigkeit:

Im Haushalt verdunsten pro Tag ca. 10 bis 15 Liter Wasser in die Raumluft. Diese Feuchtigkeit muss nach draußen „transportiert“ werden.

- Die Sättigung der Luft mit Wasser wird mit einem Hygrometer gemessen.
- An kalten Oberflächen kondensiert Luftfeuchtigkeit (zuerst an Scheibenrändern, Leibungen, Außenwandecken, Deckenrand, Fußleisten).
- Versiegelte Oberflächen nehmen kaum Feuchtigkeit auf. (Kunststoff-Böden, Laminat, Fliesen, Tapeten, Dispersionsanstriche, lackierte Möbel, Kunstfaser-Teppiche). Besser sind Mineralputze, Holzböden, diffusionsoffene Anstriche.

Richtiges Heizen:

- ... spart Energie! Zum Aufheizen von ausgekühlten Räumen wird viel Energie benötigt. Bei Abwesenheit die Heizung nicht komplett abstellen. Günstiger ist es, die Raumtemperatur nur um max. 2-4 °C abzusenken.
- Kaltes Schlafzimmer und Schimmel? Wer nachts kalt schlafen will, muss die Tür zum Schlafzimmer immer geschlossen halten und tagsüber die Heizung auf kleiner Stufe betreiben. Nachts kann die Heizung abgedreht und ggf. das Fenster geöffnet werden.
- In den Nachtstunden geben zwei Personen etwa 1 bis 2 Liter Wasser an die Raumluft ab. Diese Feuchtigkeit muss nach außen gelüftet werden, sonst gibt es Feuchteschäden und Schimmel-befall.



Tag für Tag werden in einer Wohnung 10-15 l Wasser als Luftfeuchtigkeit frei und müssen weggelüftet werden.

Richtiges Lüften:

Bei „Dauerkipp“ kühlen im Winter der Fenstersturz und die Fensterleibung stark aus. Hier bildet sich Kondenswasser als Nährboden für Schimmel. Aus diesem Grund ist Kippen im Winter „verboten“!

Besser:

- Kurzer Durchzug bei weit geöffneten Fenstern!
- In gegenüberliegenden Räumen Fenster gleichzeitig öffnen! 3-5 mal am Tag für 3-5 Minuten. Die Räume kühlen bei kurzer Stoßlüftung kaum aus, die vorherige Temperatur wird wieder schnell erreicht.
- Stoßlüften bedeutet Energiesparen!
- Langes Lüften kühlt Wände und Decken komplett aus. Es wird viel Energie zum Aufheizen benötigt.
- Auch bei Regen und Nebel kann kalte Luft von draußen Feuchtigkeit abtransportieren.
- Verbrauchte, feuchtebeladene Luft niemals in gering beheizte Innenräume (z. B. Schlafzimmer) leiten. Feuchtigkeit schlägt sich sofort an kalten Oberflächen nieder und bildet Kondenswasser als Nährboden für Schimmel. Türen schließen!
- Feuchte Ränder an Glasscheiben sind ein deutliches Zeichen für zu hohe Luftfeuchtigkeit!

Falsch ist:

- Dauerlüften mit gekipptem Fenster im Winter
- Abdrehen der Heizung bei Verlassen der Wohnung

Richtig ist:

- 3-5 mal pro Tag kurzer Durchzug bei voll geöffneten Fenstern 3-5 Minuten lang.
- Ständiges Beheizen aller Räume auf eingestellte Temperatur von mindestens 19-22 °C.
- Nur im Sommer darf mit „Dauerkipp“ gelüftet werden (bis ca. 20 °C). Sonst nicht!

“Wohnungsklima“ messen und kontrollieren.

Zeit zum Lüften! Von unserem handlichen Thermo-Hygrometer werden Sie automatisch gewarnt, wenn kritische Werte erreicht sind. Eine rote Warnlampe blinkt bei gefährlichen Werten und erinnert ans Lüften! Es kann als Vorsorge gegen Feuchteschäden nach Modernisierungsmaßnahmen (z. B. Einbau neuer Fenster) verwendet werden, oder zur Bestimmung des „Wohnklimas“ im Altbau. Trainieren Sie richtiges Lüftungsverhalten mit diesem Messgerät.



Lüftungstrainer: Das Thermo-Hygrometer warnt automatisch, wenn kritische Werte erreicht sind.

Mit 29,80 € für das Klima-Messgerät sind die Kosten sehr gering im Verhältnis ...

... zu einer Schimmelsanierung
... für die Beseitigung von Feuchteschäden
... zu den Gesundheitsgefahren von Schimmelpilz
... zu Mietminderung bei vermietetem Wohnraum.
Bestellen Sie Ihren Lüftungstrainer inkl. Batterie, ausführlicher Anleitung und deutscher Beschriftung.

Schimmelschäden richtig sanieren:

Schimmel muss dauerhaft entfernt werden. Auch die Ursache ist zu beseitigen. Oft genügt es, das Nutzerverhalten zu ändern: richtiges Heizen und Lüften! Andernfalls sind Verbesserungen im Wärmeschutz zu treffen.

Kleinere Stellen von Schimmelbefall können Sie selbst entfernen: Bis Handflächengröße mit 70%igem Apothekenalkohol leicht feucht abwischen und sofort entsorgen.

Unsere Empfehlung: Verwenden Sie keinesfalls chlorhaltige Produkte! Chlorverbindungen können noch lange Zeit die Wohnraumluft belasten.

Zur Beseitigung von größeren Schimmelschäden verwenden wir verträgliche Mittel zur Desinfektion und Untergrundsanierung. Falls Änderungen im Nutzerverhalten bei Heizung und Lüftung keine Abhilfe bringen, sind Verbesserungen im Wärmeschutz notwendig. Wir beraten Sie hierzu.

Falsch ist:

- Reinigung von Schimmel-Flächen mit Essig oder chlorhaltigen Mitteln, deren Schadstoffe noch lange Zeit in die Raumluft übergehen.
- Überstreichen von Schimmel ohne vorherige Behandlung.
- Verwendung von günstigen Dispersionsfarben, Schaum- und Raufasertapeten, Luftentfeuchter.

Richtig ist:

- umweltverträgliche Reiniger verwenden, die keine Schadstoffe in die Raumluft abgeben.
- 70%iger Apothekenalkohol tötet Schimmelsporen ab.
- Großflächige Schimmelsanierungen nur durch sachkundige Fachfirmen ausführen lassen!

Tipps zur Vermeidung von Schimmel/Feuchtigkeit,
Lüftungsempfehlung:

1. In der Heizperiode (bei Anwesenheit) Mindest-Temperaturen einhalten: Wohn-, Kinderzimmer 20 °C, Bad 22 °C, nachts im Schlafzimmer mindestens 19 °C.
2. Heizung bei Abwesenheit nie ganz abstellen. Das Aufheizen ausgekühlter Räume ist teuer und verbraucht mehr Energie, als das Halten einer leicht abgesenkten Temperatur.
3. Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen geschlossen halten.
4. Wer bei geöffnetem Fenster schlafen möchte, muss die Schlafzimmertüre geschlossen halten.
5. Einmal täglich lüften genügt nicht! Morgens, mittags, nachmittags und abends einen kompletten Luftwechsel vornehmen. Doppeltes Stoßlüften ist ideal! (nach ca. 10 Minuten)
6. Bei Abwesenheit am Tage morgens, abends und vor der Nachtruhe kurz stoßlüften.
7. Je kälter es draußen ist, desto kürzer kann gelüftet werden. 3-5 Minuten Stoßlüftung reichen meist.
8. Nicht von einem Zimmer in ein anderes lüften, sondern immer möglichst nach draußen.
9. Die Badezimmertüre muss geschlossen sein. Nach dem Duschen/Baden die Luftfeuchtigkeit direkt nach draußen lüften.
10. Bei fensterlosem Bad auf dem kürzesten Weg nach draußen lüften. Die anderen Türen geschlossen halten. Bei Abluft-ventilatoren jährlich die Filtermatte reinigen.
11. Große Mengen Wasserdampf (z. B. Kochen, Bügeln) sofort nach draußen lüften. Durch Schließen der Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.
12. Wenn Wäsche in der Wohnung getrocknet werden muss, dieses Zimmer öfter lüften und Raumtemperatur höher einstellen. Zimmertüre geschlossen halten.
13. Auch bei Regenwetter lüften. Kalte Außenluft ist trocken und nimmt mehr Feuchtigkeit auf, als die warme Innenraumluft.
14. Bei neuen, dicht schließenden Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher.
15. Große Schränke und Bilder nicht zu dicht an die Außenwände stellen, mind. 5 cm Abstand.
16. Feuchte Kellerräume nicht im Sommer, sondern im Winter lüften, weil nur kalte Luft trocknend wirkt. Kellerräume nur lüften bei Außentemperaturen unter 20 °C.

Richtig lüften:

Fenster kurzzeitig ganz öffnen (Stoßlüften).

Ideal ist doppeltes Stoßlüften! (zweites Stoßlüften nach ca. 10 Minuten)

3 bis 5 mal lüften pro Tag (Mindestens 3 mal: morgens vor Verlassen der Wohnung, nachmittags nach der Arbeit, und abends vor dem Schlafen).

Kippstellung ist während der Heizperiode „verboten“ und verschwendet Heizenergie. Langes Dauerlüften im Winter unbedingt unterlassen.

Mit freundlicher Empfehlung,

Die Hand-in-Hand-Werker GmbH,

Dipl. Ing. (FH) Franz-Xaver Berhalter, VDI.