

Tipps zum richtigen Heizen und Lüften in der Wohnung

Durch Kochen, Spülen, Waschen, Duschen, Baden, Atemluft und Schwitzen wird Feuchtigkeit in die Luft abgegeben. So entstehen beispielsweise allein beim Schlafen pro Person und Nacht ca. 1- 2 Liter Feuchtigkeit. Warme Luft kann wesentlich mehr Feuchtigkeit aufnehmen als kalte Luft. Deshalb ist in der kalten Jahreszeit das richtige Lüften und Heizen besonders wichtig. Regelmäßiges Lüften von Räumen verhindert hohe Luftfeuchtigkeit und damit evtl. auftretende Schimmelbildung.

- Kurz, aber intensiv lüften, am besten mit Durchzug aller Fenster (Stoßlüftung). Je nach Außentemperatur genügen ca. 5 Minuten. Zu langes Lüften kühlt unnötig die Innenwände ab und ist unwirtschaftlich.
- Lüften Sie im Laufe des Tages die Räume je nach Nutzung 3-4-mal. Während des Lüftens sollten die Fenster weit geöffnet sein, die Heizung wird abgeschaltet. Nach dem Schließen der Fenster die Heizung wieder andrehen.
- Das ständige Kippen von Fenstern ist in der kalten Jahreszeit nicht ausreichend und wegen der Auskühlung der Wände sogar schädlich.
- Ein beschlagenes Fenster ist das Signal zum Lüften, da die Luftfeuchtigkeit in diesem Raum zu hoch ist.
- Wäsche darf in der Wohnung nicht zum Trocknen aufgehängt werden.
- Beim Kochen und Spülen sollte der Abzug eingeschaltet werden und anschließend das Fenster zum Lüften weit geöffnet werden.
- Vor dem Baden und Duschen sollte der Raum gut aufgeheizt und anschließend gut ins Freie entlüftet werden.
- Die Luftfeuchtigkeit kann z.B. durch das Aufhängen einer „Wetterstation“ mit Luftfeuchtigkeitsmesser kontrolliert werden. Sie sollte 50 % rel. Feuchte nicht übersteigen.
- Feuchte Keller sollten an trockenen Wintertagen gelüftet werden und an feuchten Sommertagen geschlossen bleiben.