Regeln zum richtigen Heizen und Lüften und zur Vermeidung von Schimmelbildung

Wohnen ist ein dynamischer Prozess, zu dem nach vielen Erfahrungsberichten mit erfolgreicher Schimmelvermeidung das gelegentliche Fensteröffnen gehört.

Zur Verringerung der Feuchte im Raum ist vorzugsweise mehrmals täglich eine kurze Stoßlüftung (5 – 10 Minuten bei weit geöffnetem Fenster) erforderlich:

Achtung!

Bei zu geringen Innenraumtemperaturen kann die Raumluft nur sehr wenig Wasserdampf aufnehmen. Dieser fällt als Tauwasser (Kondensat) an den jeweils kältesten Oberflächen des Raumes an. Speziell in Fensterlaibungen und in Raumecken kann es dann zu einem Schimmelbefall kommen. In diesem Fall hilft nur das Anheben der Raumtemperatur!

Um zu beurteilen, wie oft gelüftet werden muss, ist gelegentlich ein Blick auf das Hygrometer erforderlich. In beheizten Räumen liegt der einzuhaltende Bereich zwischen 35 % und 65 % relative Luftfeuchte. Im Herbst und im Frühjahr darf die relative Luftfeuchte 60 % und im Winter 50 % nicht überschreiten. Spätstens ab 65 % relative Luftfeuchte muss kurz und kräftig gelüftet werden.

Gekippte Fenster reichen für eine ordentliche Belüftung nicht aus, sondern sind speziell im Winter als problematisch anzusehen, da sich im Bereich der Fensterlaibungen Feuchtigkeit (Kondensat) niederschlägt. Hierdurch kann Feuchte entstehen und schließlich Schimmelbefall mit ggf. sehr starken, über die Fensterlaibungen hinausgehenden Ausprägungen.

a) Bad

Während des Duschens oder Badens ist das Bad geschlossen zu halten, um eine Verteilung der hohen Raumluftfeuchte in die anderen Wohnräume zu vermeiden.

Im Bad sollte, insbesondere bei Räumen ohne mechanische Entlüftung (Fenster/Lüfter), nach dem Duschen oder Baden das Wasser von Wänden und Boden entfernt werden.

Nach dem Duschen sind die Fenster im Bad (soweit vorhanden) kurzzeitig (5 – 10 Minuten) weit zu öffnen. Danach kann bei Temperierung des Bades die Tür zu anderen beheizten Räumen geöffnet bleiben.

Da nasse Handtücher und Wände im Badezimmer – trotz kurzzeitigen Lüftens – noch viel Wasser enthalten können und sich damit längerfristig eine zu hohe relative Luftfeuchte im Raum einstellt, kann es sogar hilfreich sein, die Türen zu anderen beheizten Räumen nach dem Lüften offen zu halten.

Diese Verhaltensregeln gelten auch für Waschräume und Waschküchen, besonders, wenn dort Wäsche getrocknet wird.

b) Küche

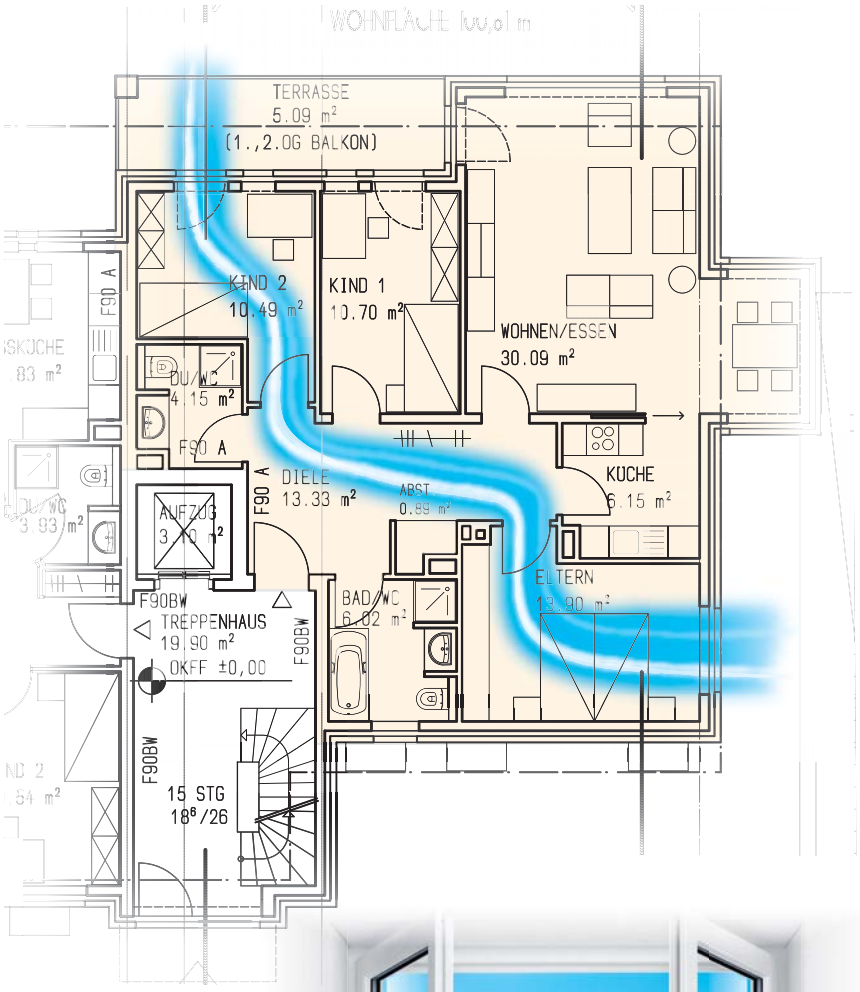
In der Küche kann durch einen Dunstabzug mit Abführung der Abluft ins Freie viel Feuchtigkeit aus dem Raum entfernt werden. Ein solcher Abzug ist überdies unter dem Gesichtspunkt der Abführung der Kochdünste und – beim Kochen mit Gas – der Verbrennungsgase sinnvoll. Dunstabzugshauben mit Umluftführung sind zur Verringerung der Luftfeuchtigkeit in der Küche nicht geeignet.

c) Nicht oder wenig beheizte Räume

Weniger beheizte Räume (zum Beispiel Schlafzimmer) dürfen in der kalten Jahreszeit nicht mittels warmer Luft aus anderen Räumen (am Abend) aufgewärmt werden. Türen zu Wohnräumen müssen dann geschlossen bleiben. Im kälteren Raum kann es sonst an Wänden oder Fensterscheiben zu Tauwasserbildung kommen. Bei Nutzung des – wenig beheizten – Schlafzimmers sollte durch gute Lüftung morgens nach dem Aufstehen für die Abfuhr von Feuchtigkeit (jeder Schlafende gibt Wasserdampf ab) gesorgt werden, da es sonst zu Tauwasserbildung (Kondensat) kommen kann.

Im Schlafzimmer ist die Heizung bei niedrigen Außentemperaturen so einzustellen, dass die Raumlufttemperatur regelmäßig nicht weniger als 18 °C erreichen sollte.

In Räumen, die längere Zeit nicht benutzt und beheizt werden, ist bei erneutem Gebrauch vorher vermehrt zu lüften.

d) Abwesenheit

Können wegen Abwesenheit der Bewohner die Fenster einer Wohnung nicht mehrmals täglich geöffnet werden, sollten wenigstens die Innentüren zu anderen beheizten Räumen offen gehalten werden, damit noch vorhandene Feuchte aus den feuchten Bereichen (zum Beispiel Küche, Bad) gleichmäßig über alle Räume verteilt wird.