

# Richtiges Lüften

Eine kleine Wegleitung des HEV Zürich

## **Richtiges Lüften – ausgewogene Feuchtigkeit für behagliches Raumklima**

Vom richtigen Raumklima in der Wohnung hängt es wesentlich ab, ob man sich darin wohl fühlt. Zugleich trägt es zur Gesundheit bei und hilft Bauschäden zu vermeiden. Bestimmt wird es von der Temperatur und Luftfeuchtigkeit. Aufgrund der Erkenntnisse moderner Baukunst sind die meisten unserer Liegenschaften perfekter isoliert und besser geheizt denn je zuvor. Deswegen wird die Bedeutung, die dem richtigen Lüften zukommt, oft unterschätzt.

Gerade in Bauten, deren Gebäudehülle aus Energiespargründen möglichst dichtgehalten wird, oder solchen, in welchen die alten Fenster durch moderne, isolierverglaste Fenster ersetzt wurden, fehlt eine "natürliche" Belüftung durch Fensterritzen oder Rollladenkästen. Schwarzgrauer Schimmel, nasse Flecken, eigenartige Gerüche und lose Tapeten zeugen bald von zu hoher Feuchtigkeit der Raumluft. Zwar können solche Erscheinungen auf Baumängel zurückzuführen sein, meistens aber liegt die Ursache in der falschen Belüftung der Wohnung.

### **Wie verhält man sich richtig?**

Beim Kochen oder Baden ist zu vermeiden, dass der Dampf in die übrigen Räume entweicht. Dieser kühlt sich nämlich an weniger warmen Gebäudeteilen ab, und weil kalte Luft weniger Wasser aufnehmen kann als warme, bildet sich Kondenswasser, welches zu Feuchtigkeitsschäden führen kann. Bedenken, dass Küche oder Bad darunter leiden könnten, sind nicht am Platz, sofern man dort von Zeit zu Zeit die Fenster öffnet.

Auch wenig benützte Räume müssen beheizt werden; die Radiatoren dürfen daher nie ganz abgestellt werden. Am sinnvollsten ist es, alle Zimmer möglichst gleichmässig zu beheizen. Hält man einen Raum absichtlich kühler, sollte dessen Türe geschlossen bleiben.

Die ganze Wohnung soll 2 bis 4 mal täglich, während je etwa fünf Minuten, durch vollständiges Öffnen der Fenster durchgelüftet werden. Dadurch erneuert man die zu feuchte (oder verunreinigte) Luft rasch, sodass sich weder Gebäudeteile noch die Wohnungseinrichtung stark abkühlen.

**Kein Dauerlüften durch Kippfenster!** Längeres Offenhalten der Fenster ist, besonders im Winter, zu vermeiden. Zu grosse Abkühlung verlangt ein nachheriges Wiedererwärmen der Böden, Decken, Wände, Teppiche, Möbel usw. Es dauert zudem länger, bis im Raum ein behagliches Klima erreicht ist.

Grössere Möbelstücke nie dicht an exponierte Wände stellen. Sie halten die Raumwärme ab, was das Risiko von Kondensationserscheinungen erhöht. Richtiges Lüften liegt im Interesse des Bewohners. Es dient seiner Gesundheit und seinem Wohlbefinden und hilft Heizkosten zu sparen. Es verhindert Schäden, für welche der Bewohner aufzukommen hat.

## Was tun, wenn...

### ...es zu warm ist

- Radiatorventil tiefer stellen, notfalls einzelne Heizkörper abstellen.
- Raumtemperatur nicht durch häufiges Lüften regulieren! Das wäre ein grosser Energieverschleiss.

### ...es zu kalt ist

- Verstellen Möbel oder Vorhänge die Heizkörper? So kann sich die Wärme nicht im Raum ausbreiten.
- Rollläden und Läden nachts schliessen: Das verhindert eine Nachtabkühlung.
- Bekleidung der Jahreszeit anpassen. Im Winter nicht barfuss oder in kurzärmeligen T-Shirts herumlaufen.

### ...es zu trocken ist

- Feuchte Aussenluft erhöht die Luftfeuchtigkeit in den Räumen nicht. Im Gegenteil: Je mehr im Winter gelüftet wird, desto trockener wird die Raumluft. Kaltluft nimmt nämlich weniger Wasser auf als warme Zimmerluft.
- Ein Luftbefeuchter ist nur in Ausnahmefällen nötig. Er sollte auf die der Raumtemperatur entsprechende, richtige Luftfeuchtigkeit eingestellt werden: 18° C = 55%, 20° C = 50%, 22° C = 45%.

### ...es zu feucht ist

- Feuchtigkeitsquellen kontrollieren und feuchte Luft gezielt abführen.
- Gründlich und kurz querlüften.
- Besonders nach dem Duschen und Baden kräftig lüften. Badezimmertüre erst nachher wieder öffnen.
- Kochen mit Deckel oder Dampfkochtopf; wenn möglich Dampfabzug einschalten.
- Wäsche nicht in der Wohnung trocknen.

Tauchen an den Wänden Schimmelpilze auf, lösen sich Tapeten oder Anstriche, bilden sich Flecken, melden Sie dies umgehend dem Hauseigentümer oder der Verwaltung, damit gegebenenfalls Spezialisten beigezogen werden können.