

Informationsbroschüre
RICHTIG LÜFTEN



**RICHTIGES LÜFTUNGSVERHALTEN
FÜR EIN GUTES RAUMKLIMA UND KEINE
FEUCHTIGKEITS- UND SCHIMMELPROBLEME**

Verfasser:

Technisches Büro Delazer

Planungsbüro für Energietechnik, Haustechnik, Klimahaus und Brandschutz

Str. Purger 181

39046 St. Ulrich (BZ)

Tel: 0471 – 798209

Email: info@delazer.com

Web: www.delazer.com



So wie auf dem Bild dargestellt, wird heute noch vielerorts "gelüftet". Darauf angesprochen erklären viele, das sie doch den ganzen Tag lüften und überhaupt nicht verstehen können, warum die Heizkosten so hoch sind oder sie Probleme mit Schimmelbildung haben. Dass diese Art der Lüftung nicht richtig ist dürfte bei genauerem Hinsehen schnell einleuchten.

Bei der früheren Bauweise von Gebäuden wurde wenig Wert auf die Abdichtung gelegt. Der Luftaustausch und die Feuchtigkeitsabfuhr erfolgten durch undichte Stellen am Gebäude. Dadurch ging jedoch auch sehr viel Energie verloren.

Unsere modernen oder sanierten Häuser und Wohnungen sind nahezu luftdicht (für Neubauten wird ein Luftdichtheitstest verlangt). In der Raumluft enthaltene Feuchtigkeit, Schadstoffe, Gerüche oder CO₂ werden nicht mehr zuverlässig abgeführt und so können Schimmelpilzbildung und damit verbundene gesundheitliche Risiken und Allergien vermehrt auftreten.

Gute Luft bedeutet ein Plus an Lebensqualität. Sie sorgt dafür, dass sich die Menschen in ihrem Zuhause wohl fühlen. Erhöhte CO₂-Konzentrationen können zu Müdigkeit, Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche und Leistungsabfall führen. Ausdunstungen aus Reinigungsmitteln, Baustoffen, Teppichen, Möbeln usw. belasten die Atemluft mit weiteren Schadstoffen. Gute Belüftung ist daher eine wichtige Voraussetzung für ein gesundes Zuhause.

1. Richtig lüften heißt regelmäßig lüften: zwei bis drei Mal täglich

In jeder Wohnung entsteht Feuchtigkeit. Rund zwölf Liter Wasser kommen bei einem 4-Personen-Haushalt pro Tag durch Duschen, Kochen, Wäschetrocknen, Atmen oder Blumengießen zusammen und die müssen durch richtiges Lüften wieder raus. Sonst lagert sich die Feuchtigkeit als Tauwasser an der kältesten Stelle im Zimmer ab – das ist besonders im Winter ein schmackhafter Nährboden für Schimmel. Nur mit der richtigen Dosis frischer Luft erhalten Sie ein gesundes und angenehmes Raumklima.

Die Wohnung richtig lüften heißt: zwei bis drei Mal täglich die Fenster aufmachen.



2-3 mal täglich
Fenster auf

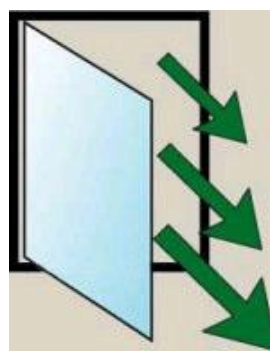
2. Bad und Küche ruhig häufiger Lüften

Bad und Küche sind die feuchtesten Räume im Haus. Hier entsteht auch besonders häufig Schimmel. Darum sollte Sie dort ruhig noch öfter lüften als in den anderen Räumen – vor allem direkt nach dampfigen Duschen oder Kochen.



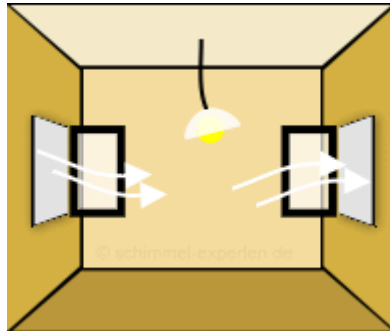
3. Voll auf: kurz Stoßlüften statt Dauerlüften mit gekippten Fenster

Für richtiges Lüften ist die Dauer besonders wichtig. Vollkommen verkehrt ist das Dauerlüften bei gekipptem Fenster, da der Luftaustausch (die frische Luft von draußen enthält im Winter wesentlich weniger Feuchtigkeit als die Zimmerluft – auch wenn es regnet oder schneit) dabei nur minimal erfolgen kann. Stattdessen kühlt Ihre Wohnung vor allem im Winter langsam aus und Sie verschwenden Energie. Besonders kühl wird es am Sturz über dem gekippten Fenster. Dort kann sich Feuchtigkeit ablagern und Schimmel bilden. Machen Sie stattdessen Ihre Fenster für fünf bis zehn Minuten vollständig auf.



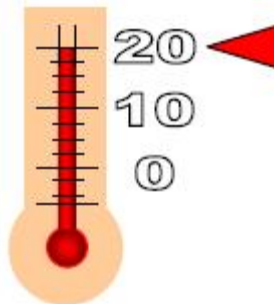
4. Querlüften: Für richtigen Durchzug sorgen

Einen besonders effektiven Luftaustausch erreichen Sie durch das Querlüften der Räume. Machen Sie gleichzeitig die Fenster in gegenüberliegenden Räumen auf und natürlich auch die Raumtüren. So entsteht ein Luftzug, der die Feuchtigkeit in der Wohnung im wahrsten Sinne des Wortes aus den Fenstern weht.



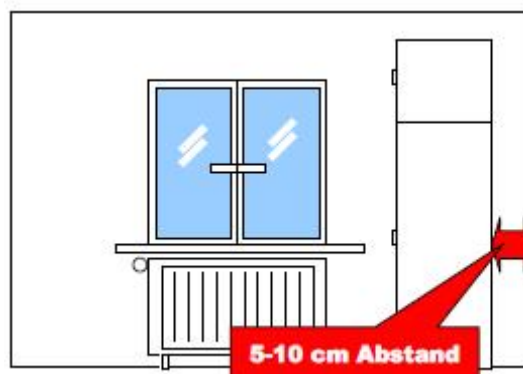
5. Richtig lüften heißt auch richtig heizen

Die Raumtemperatur sollte in den Wohnräumen nicht unter ca. 20 Grad Celsius, in den Schlafräumen nicht unter ca. 17 Grad gesenkt werden. Unverhältnismäßige Energiesparbemühungen können zu Kondenswasserschäden führen. Durch das Schließen der verschiedenen Zimmertüren können die Raumtemperaturen separat reguliert werden. Als Faustregel gilt: je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden. Die Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber nie ganz abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.



6. Schlafzimmer: Die Außenwände frei lassen

Gerade im Winter ist es im Schlafzimmer meist deutlich kühler als im Rest der Wohnung. Darum kann sich dort auch die Feuchtigkeit schneller niederschlagen. Das gilt insbesondere für Außenwände, die durch Schränke oder andere Möbel zugestellt sind. Damit die Raumluft zwischen Mauer und Möbel richtig zirkulieren kann, sollten Sie immer mindestens 10 cm Platz dazwischen lassen.



7. Kondenswasser am Fenster: ein Zeichen für falsches Lüften

Die Fensterscheiben sind meistens die kältesten Stellen im Raum. Dort lagert sich die Feuchtigkeit ab, wenn sie nicht durch richtiges Lüften aus dem Fenster gelassen wird. Kondenswasser sollte stets weggewischt werden. Wenn Ihre Fenster in Wohnräumen häufig mit Kondenswasser beschlagen sind, ist das meist ein Zeichen für falsches Lüft- bzw. Heizverhalten.



8. Wenn Wäschetrocknen unvermeidlich ist, mehr lüften

Grundlegend gilt: Wäsche nach Möglichkeit nicht in der Wohnung trocknen. Wenn Wäscheplätze oder Trockenräume vorhanden sind, sollten diese auch genutzt werden. Bei Wäschetrocknern, bei denen das Wasser aus der Abluft nicht durch Kondensation entfernt wird, sollte der Abluftschlauch ins Freie geführt werden, da sonst die feuchte Abluft im Raum bleibt. Wird Wäsche in der Wohnung getrocknet, sollte unbedingt ausreichend gelüftet werden.



9. Lüftungsverhalten nach der Sanierung der Wohnung überprüfen

Nach einer Sanierung kann eine kritische Feuchtesituation in der Wohnung entstehen. Dies ist vor allem dann der Fall, wenn die Fenster gegen neue luftdichte Fenster ausgetauscht werden und die Außenwand nicht wärmedämmend ist (die Oberflächentemperatur zur Raumseite bleibt dann niedrig). In dieser Situation muss das Lüftungsverhalten den neuen Bedingungen angepasst werden und häufiger bzw. länger als gewohnt gelüftet werden.



10. Wer es genau wissen will: Luftfeuchte messen

Die Anschaffung eines Hygrometers ist die einfachste und kostengünstigste Möglichkeit, um die Luftfeuchtigkeit ständig im Auge zu behalten. Man kann damit kontrollieren, wie effizient das eigene Lüftungsverhalten ist.

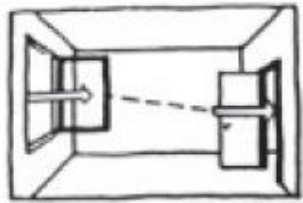
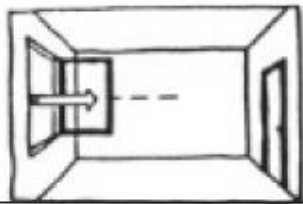
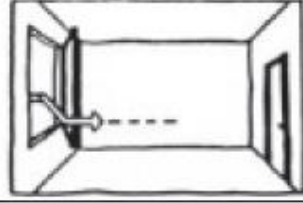
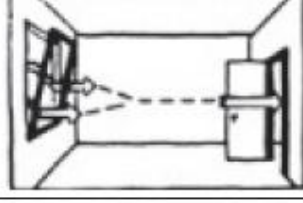
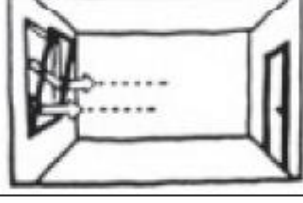
Die relative Raumluftfeuchtigkeit sollte möglichst in Bereichen zwischen 45 – 55% liegen.



11. Dauer der Lüftung

Die Dauer der manuellen Belüftung der Räume ist von den verschiedensten Wetterbedingungen, wie Windstärke, sowie vom Unterschied zwischen Innen- und Außentemperatur abhängig. Auch die baulich bedingten Undichtheiten, wie Fugen, sowie die Art der Lüftung (Querlüftung, Stoßlüftung, Kipplüftung) machen es schwierig genau zu sagen, wann die gesamte Raumluft ausgetauscht ist.

Die nachstehende Grafik soll einen groben Überblick über die ungefähre Dauer der Lüftung bei den einzelnen Lüftungsarten bieten:

Wirkung der natürlichen Lüftung	Lüftungsart Fensterstellung	Ungefähre Dauer der Lüftung, um einen Luftwechsel zu erzielen
	Fenster und gegenüberliegende Tür/Fenster ganz offen - Querlüftung	1 bis 5 Minuten
	Fenster ganz offen - Stoßlüftung	5 bis 10 Minuten
	Fenster halb offen	10 bis 15 Minuten
	Fenster gekippt und gegenüberliegende Tür ganz offen - Querlüftung	15 bis 30 Minuten
	Fenster gekippt	10 bis 30 Minuten

12. Belüftungsanlagen

Der Einbau von einer kontrollierten Wohnraumlüftung ersetzt die manuelle Belüftung der Räume. Die verbrauchte Raumluft wird abtransportiert und durch neue saubere Außenluft ersetzt. Durch Lüftungsanlagen mit Wärmerückgewinnung kann ein Großteil der Energie, welche sich in der verbrauchten Raumluft befindet, an die einströmende Frischluft weitergeleitet werden. Dadurch können Kosten eingespart werden. Diese kompensieren zum Teil die Anschaffungs- und Wartungskosten der Lüftungsanlage.

Ist eine Wohnraumlüftung in der Wohnung eingebaut, kann auf die Fensterlüftung fast ganz verzichtet werden. Stoßlüftungen sind dann nur noch bei „Feuchtespitzen“ oder hohen Schadstoff- bzw. Geruchsbelastungen erforderlich. Gibt es nur in bestimmten Räumen Lüftungsanlagen (z.B. ein dezentrales Lüftungsgerät oder ein Abluftventilator im Bad), muss die übrige Wohnung wie gewohnt über die Fenster gelüftet werden.

Das Öffnen von Fenstern bei installierter Wohnraumlüftung ist zwar unnötig, aber auf jeden Fall durchaus erlaubt!

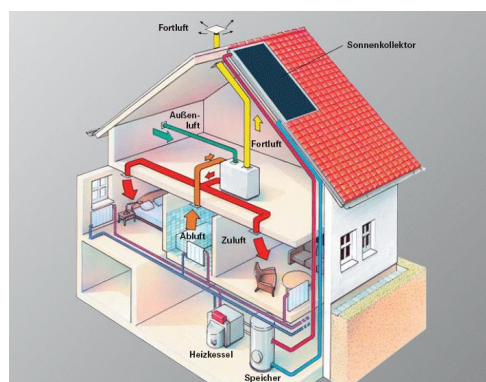
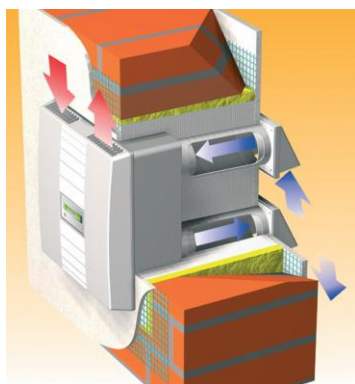
Bei allen Lüftungsanlagen muss auf eine regelmäßige Wartung und Filterwechsel geachtet werden.

Autos, Busse, Flugzeuge und Schiffe besitzen alle in irgendeiner Form eine Lüftungsanlage, nur das Haus hatte bislang keine. Und dies, obwohl wir uns über 90% der Zeit im Inneren von Gebäuden aufhalten und die Lufterneuerung ein zentrales Thema sein sollte!

Vorteile der kontrollierten Wohnraumlüftung:

- permanent frische Luft im Haus
- höherer Wohnkomfort
- keine Feuchteschäden oder Schimmel
- Energieeinsparung
- keine Belastung durch hohe CO₂-Konzentration
- verbesserter Schallschutz durch geschlossene Fenster
- Pollen- und staubfreie Luft für Allergiker

Eine kontrollierte Wohnraumlüftung ist ein echter Mehrwert für das Haus und ein Vorteil für die Gesundheit und ist somit für jede Wohnung empfehlenswert.



Als Planungsbüro mit jahrelanger Erfahrung im Energiesektor steht Ihnen das Büro Delazer gerne bei allen Fragen rund um die optimale Lüftung und für Energie-, Haustechnik- und Brandschutz- Beratungen und Planungen zur Seite. Rufen Sie uns einfach an! (0471-798209 – info@delazer.com)