

„Richtig heizen und lüften“

Behaglichkeit:

Ob ein Raum als behaglich wahrgenommen wird oder nicht, hängt ab vom individuellen Empfinden (körperliche Verfassung, Bekleidung, Betätigung des Menschen) und von den „Klimabedingungen“ im Raum, (Raumlufthemperatur und Temperatur an Wänden, Fenstern, Böden, Decken) sowie von Luftfeuchte, -bewegung und -qualität. Temperaturen zwischen 19 und 22°C werden bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von 40 bis 65 Prozent als angenehm und behaglich empfunden.

- ☞ **Bewusstes Heizen und Lüften sorgt nicht nur für ein gesundes Raumklima, sondern senkt gleichzeitig den Energieverbrauch.**

Feuchtigkeit:

In zunehmenden Maße werden im Winterhalbjahr in vielen Wohnungen, vor allem an der Innenseite von Aussenwänden, vielfach auch hinter Möbelstücken, feuchte Stellen und Stockflecken beobachtet. Im fortgeschrittenen Stadium bildet sich Schimmelpilz, der sich rasch ausbreitet.

Was sind die Ursachen?

- ☞ **Feuchtigkeit kommt, bis auf ganz wenige Ausnahmen, fast immer von innen aus der Raumluft.**

Kalte Luft kann weniger Feuchtigkeit aufnehmen als warme Luft. In der Wohnung ist dieses Phänomen besonders im Winter problematisch, da sich an kalten Gebäudestellen die Feuchtigkeit niederschlägt. Geschieht dies über einen längeren Zeitraum, besteht die Gefahr von Schimmelbildung. In einem Vierpersonenhaushalt werden rund zwölf Liter Feuchtigkeit pro Tag in Form von Wasserdampf abgegeben. Die daraus resultierenden, unerwünschten Erscheinungen lassen sich verhindern, wenn die nachfolgenden Empfehlungen beachtet werden.

Richtig lüften:

Um die Feuchtigkeit aus Wohnräumen richtig herauszulüften, sollten Sie ein paar einfache Lüftungstipps berücksichtigen.

Als Faustregel gilt:

- ☞ **Lüften Sie drei- bis viermal täglich, 4 – 8 Minuten, Fenster weit öffnen und kompletten Luftwechsel durchführen.**
- ☞ **Vermeiden Sie Dauerlüften während der Heizperiode durch gekippte Fenster.**
- ☞ **Größere Wasserdampfmenen, die in einzelnen Räumen, z.B. beim Kochen oder Duschen entstehen, sollten durch gezieltes Lüften der betreffenden Räume sofort nach außen abgeführt werden.**
- ☞ **Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.**



Richtig heizen:

Um die Wohnräume richtig zu beheizen, sollten ein paar einfache Tipps beachtet werden.

Als Faustregel gilt:

- ☞ **In der Heizperiode sollten folgende Temperaturen eingehalten werden: Im Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der Küche 20°C, im Bad 21°C, nachts im Schlafzimmer 14°C.**
- ☞ **Die Heizung auch bei Abwesenheit nie ganz abschalten. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen der Räume ist teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.**
- ☞ **In wenig genutzten Räumen sollte die Temperatur nicht unter 14 bis 16°C sinken, da es sonst zur Kondensation von Feuchtigkeit kommen kann. Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muß gelüftet werden.**
- ☞ **Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen sollte man stets geschlossen halten.**
- ☞ **Heizen Sie kühle Räume nicht mit der Luft aus wärmeren Räumen.**

Einrichtungstipps:

- ☞ **Möbel sollten möglichst von Außenwänden und Außenwandecken ca.10 cm weg gerückt oder besser an den Innenwänden stehen. Bei zu dicht stehenden Möbeln wird die Wand weniger durch die Raumluft und die Wärmestrahlung beheizt und kühlt ab. Die Folge: Kondensation von Feuchtigkeit mit der Gefahr von Schimmelbildung.**
- ☞ **Heizkörper nicht durch Verkleidungen, Möbel, Gardinen oder Vorhänge abdecken, damit die Leistung des Heizkörpers voll genutzt werden kann.**

Fazit:

Kurzes Querlüften – also Lüften bei weit geöffneten und gegenüberliegenden Fenstern ist effektiver als die Fenster während der Heizperiode für längere Zeit angekippt zu lassen. Durch das Kipplüften kühlen Fensternischen nämlich verstärkt aus. Das erhöht den Energieverbrauch, Ihre Heizkosten und das Schimmelpilzrisiko. Schalten Sie die Heizkörper bei geöffnetem Fenster komplett ab, indem Sie beim Lüften die Heizkörperventile ganz schließen. Wird das Thermostatventil nicht auf die Nullstellung (Frostsicherung) gedreht, bewirkt die einströmende kalte Luft die Aufheizung des Heizkörpers. Die Konsequenz: Sie heizen direkt nach draußen.

Sollten Sie noch weitere Fragen haben, stehen wir Ihnen gerne unter den o.g. Telefonnummern zur Verfügung.

Ihr Vermieter