



Richtig Heizen und Lüften - So hält man seine vier Wände trocken

Wie man richtig lüftet, ergibt sich aus den Zusammenhängen zwischen der Temperatur drinnen und draußen, der Luftfeuchtigkeit und Materialfeuchtigkeit. Hier ein paar Hinweise, die Sie beachten sollten:

1. Jeder Raum soll seiner Nutzung entsprechend beheizt werden. Wird ein Raum nicht ständig benutzt und geheizt, sondern nur zeitweise (z. B. am Wochenende oder am Abend), dann sollten Sie bedenken: Während des Aufheizens erwärmen sich die Wandflächen nur langsam, weshalb sich dort Tauwasser bilden kann. Man muss dann vorübergehend stärker lüften als in einem ständig beheizten Raum.
2. In Wohnräumen ist die Gefahr von Feuchtigkeitsschäden am geringsten. Der Grund: Erstens werden die meist gut warm gehalten und zweitens entsteht dort nicht so viel Feuchte wie etwa in der Küche oder im Schlafzimmer. Vergessen Sie aber nicht die Verdunstung von Zimmerpflanzen! Wenn Sie besonders viel Grün im Wohnzimmer haben, sollten Sie etwas mehr lüften.
3. Das für die Heizenergieeinsparung sehr wirksame „Nachtabsenken“ (während der Nacht verringerte Temperatur von etwa 5°C) ist sinnvoll, wenn es mit der Wohnungslüftung richtig abgestimmt ist. Nur ausreichend „trockene Luft“ verträgt eine Temperaturerniedrigung ohne ins „Schwitzen“ zu kommen.
4. Art und Anordnung der Heizkörper, aber auch die Möblierung haben Einfluss auf die Luftumwälzung und damit auf die Erwärmung der Wände. Deshalb kann in Außenecken oder -wänden, die durch einen Schrank zugestellt sind, leicht Schimmel auftreten. Oft lässt sich der Schaden durch Abrücken des Schanks (von der Ecke oder Wand weg) vermeiden.
5. Feuchtigkeit soll am besten bereits während des Entstehens hinausgelüftet werden (z. B. beim Kochen oder Wäschewaschen). Wo dies erst hinterher möglich ist (z. B. im Bad), muss aber umso gründlicher gelüftet werden. Besonders schimmelfähig sind übrigens Badezimmer, in denen nach der Benutzung immer wieder die Heizung gedrosselt und nicht ausreichend gelüftet wird.
6. Die Feuchtigkeit im Schlafzimmer wird meist unterschätzt. Bedenken Sie: Während 8 Stunden gibt der Mensch rund 300 g Wasser ab (also fast einen Drittelliter), das zum Teil von der Luft, aber hauptsächlich von den Raumbooberflächen aufgenommen wird. Wer nicht bei offenem Fenster schläft, der muss also untermittags länger lüften. Was Sie nicht tun sollten: Ein unbeheiztes Schlafzimmer vor dem Zubettgehen dadurch ein bisschen zu temperieren, indem man die Tür zum beheizten Raum eine Weile offen lässt. Das ist ein Fehler mit Folgen; denn die warme Luft, die da einströmt, kann zwar relativ trocken sein - absolut ist sie aber trotzdem feuchter als im unbeheizten Schlafzimmer. Man darf sich also nicht wundern, falls sich dann an den kalten Wandoberflächen Tauwasser niederschlägt.
7. Raucher bringen zusätzliche Probleme. Es muss öfter stoßgelüftet werden unter Inkaufnahme der Heizenergieverluste. Besonders sind dabei die Gesundheitserfordernisse von Säuglingen, Kleinkindern, Allergikern und Nichtraucherern zu berücksichtigen.
8. Man sollte aber auch daran denken, sich durch die Abführung feuchter, verbrauchter Raumluft nicht mit Schadstoffen stark belastete Außenluft einzuhandeln. So sollte man möglichst an stark befahrenen Straßen während der verkehrsrhigen Zeit lüften.
9. Täglich drei- bis fünfmal kurz und kräftig lüften, indem Sie mehrere Fenster während höchstens zehn Minuten ganz öffnen.
10. Falls sich an der Rückseite von Möbeln Schimmel bildet, Möbel umplatzieren oder mindestens fünf, besser zehn Zentimeter von der Wand wegrücken. Die Luft kann dann besser zirkulieren und die feuchten Stellen trocknen.
11. Keine Wäsche in der Wohnung trocknen lassen.