

Richtig Heizen und Lüften – und damit Schimmel vermeiden!

Schimmel in der Wohnung entsteht in den allermeisten Fällen durch fehlendes/falsches Lüften und Heizen der Zimmer. Damit Sie eine gesunde Wohnumgebung haben, beachten Sie bitte folgende Hinweise:

Richtige Temperaturen

- In Wohnbereich und Küche 20 °C, im Schlafzimmer tags 18 °C, nachts 14-16 °C
- Luftfeuchte 45 – 55 % rel. (bis 65 %, nur kurzzeitig, bis 2 Stunden)
- Wandoberflächentemperatur nicht unter 15 °C (Außenwände)
- Bei Abwesenheit: Heizung nie ganz abstellen. Das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur ist sparsamer.
- Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts geschlossen halten.
- Das kalte Schlafzimmer niemals vom Wohnraum aus mitheizen. Dies kann zu Schimmel führen.
- Prüfen Sie selbst, wie hoch die relative Feuchtigkeit in der Wohnung ist. Elektronische und mechanische Messgeräte (Hygrometer) sind im Handel günstig zu haben.

Richtig Querlüften

- Von drinnen nach draußen lüften (wärmere = feuchtere Luft raus, dafür kältere = trockenere Luft herein)
- Quer durch die Wohnung lüften (Querlüften; mind. zwei gegenüberliegende Fenster)
- Bei jedem Wetter, auch bei Regen lüften. Kalte Außenluft ist trockener als die warme Zimmerluft.
- Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.
- Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden.
- Die Fenster kurz (wenige Minuten reichen) ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos, verschwendet Heizenergie und kann u.U. Schimmel fördern.
- Bei dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften.
- Innenbäder brauchen regelmäßig eine Zwangslüftung (Lüfter, z.B. ans Licht gekoppelt)

Richtiger Lüftungszeitpunkt

- Morgens einmal kompletten Luftwechsel durchführen, Durchzug machen, in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen.
- Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben.
- Abends wieder einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.
- Bei Abwesenheit (Berufstätigkeit) am Tag reicht es, morgens und abends zu lüften.

Richtige Lüftungsdauer

- Die nötige Lüftungszeit ist vom Unterschied „Innen- und Außentemperatur“ und dem Wind abhängig. Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen in der Regel wenige Minuten Stoßlüftung aus. (Wenn Sie an entferntester Stelle am nassen Finger kühlen Luftzug verspüren, reicht die Zeit schon aus)
- Bäder auf dem kürzesten Weg in Richtung nach draußen lüften.
- Beim Kochen, Wäschetrocknen, Bügeln: Zimmer geschlossen halten und möglichst bald sofort oder öfters nach draußen ablüften.

Kalte Außenwand

- Möbel (Schränk wand etc.) mit einigen Zentimetern Abstand zu Boden und Wand aufstellen (Umlüftung). An problematischen Außenwänden sollte im Winter die Oberflächentemperatur gemessen werden. Sie sollte nicht unter 15 °C fallen.

Bitte denken Sie daran:

Der Verzicht auf Lüften und falsches Heizverhalten in der Wohnung schaden Ihrer Gesundheit!