

Geschäftsbereich falt- und Schiebewände

Anleitung zum effizienten Lüften

Heizkosteneinsparung und Schimmelvermeidung durch überlegtes Lüftungsverhalten

Ein angenehmes Raumklima verlangt frische Luft bei möglichst geringem Heizenergieverbrauch. Die Kriterien sind ein guter Wärmeschutz der Gebäudehülle, mit modernen Fenstern und Verglasungen und ein überlegtes Lüftungsverhalten.

Wichtig ist, die hohe Luftfeuchtigkeit des Raumes vor allem im Winter durch aktives Lüften auf maximale Werte von 30 – 60 % relative Luftfeuchtigkeit (r. F.) zu reduzieren. Und hier gilt: je niedriger die Aussentemperaturen und je höher die Innenraumtemperaturen, umso niedriger sollte die relative Raumfeuchte sein. Effizient und vor allem Heizkosten ersparend funktioniert dies mit mehrmaligem täglichem Stosslüften. Die wichtigsten Punkte für effizientes Lüften:

1. Täglich mehrmals Lüften

Das Lüftungsverhalten bei Anwesenheit der Bewohner ist entscheidend, das bedeutet mindestens 3-4-mal täglich Lüften. Als gute Orientierung dient ein Hygrometer. Sinken die Aussentemperaturen zum Beispiel unter 5 °C, sollten 50 % r. F. nicht überschritten werden. Bei anhaltendem Frost sollte sich mit ausreichender Belüftung eine relative Luftfeuchte von unter 40 % r. F. einstellen.

Bei Abwesenheit der Bewohner reicht in der Regel das Lüften am Morgen und am Abend. Allerdings sollte die Wohnung nicht unter 18°C auskühlen.

2. Im Winter nur Stosslüftung

In der Zeit von Oktober bis April hat Kipplüften nur nachteilige Folgen, da der Luftaustausch nur sehr schleppend erfolgt und dafür die Raumflächen rund um das Fenster sowie der Boden stark auskühlen. Kipplüften ist für deutlich erhöhte Heizkosten verantwortlich.

3. Immer nur kurz lüften

Der Austausch verbrauchter Luft gegen Frischluft funktioniert bei kalten Temperaturen durch die trockene Aussenluft sehr schnell. Unter 5 °C genügen maximal 5 min! Bei wärmeren Aussentemperaturen gilt die Faustregel:

bei 5 – 10 °C eine Lüftungsdauer von 5 - 10 Minuten

bei 10 – 15 °C eine Lüftungsdauer von 10 - 15 Minuten

über 15 °C ist die Lüftungsdauer beliebig, je nach Wohlbefinden

4. Räume nie auskühlen lassen

Räume sollten nicht dauerhaft auskühlen, denn dann sind diese stärker schimmelgefährdet. Die Temperaturen daher nicht unter 18 °C fallen lassen, auch in nicht dauernd genutzten Räumen. Völliges Auskühlen und Aufheizen erhöht ausserdem die Heizkosten. Bei kalten Schlafzimmern und speziell bei Räumen mit Schimmelgefahr muss tagsüber auf 18 - 20 °C beheizt werden. Die Türen zwischen warmen und kalten Wohnbereichen sollten dringend geschlossen bleiben. Feuchte Warmluft schlägt sich sonst in kalten Zimmern nieder.

Geschäftsbereich falt- und schiebewände

Anleitung zum effizienten Lüften

5. Lüften auch bei Regen

Kaltluft ist immer sehr trocken, auch bei Nebel oder Regen kann und muss daher gelüftet werden. 100 % feuchte Kaltluft enthält nur einen Bruchteil des Feuchteinhalts warmer, verbrauchter Zimmerluft!

6. Feuchtebelastung direkt rauslüften

Wäschetrocknung in der Wohnung ist kein Problem, wenn sehr gut beheizt und gelüftet wird. Generell gilt aber Feuchteentwicklung in Bad oder Küche stets direkt nach draussen abzuleiten und nie in die Wohnung abzuführen. Luftfeuchte darf sich nicht über längere Zeit in der Wohnung verteilen. Daher gilt für einzelne Räume:

- Schlafzimmer: morgens nach dem Aufstehen lüften
- Badezimmer: sofort nach Duschen und Baden lüften
- Küche: während und nach dem Kochen lüften
- Wohnung: alle Räume vor dem Schlafengehen lüften

7. Möbel mit Abstand zu den Aussenwänden stellen

Aussenwände sind insbesondere in Altbauten recht kalt. Daher sollten besonders grosse Schränke in mindestens 5 cm Abstand zur Aussenwand stehen, in Altbauten mindestens 10 cm.

8. In kalten Kellerräumen nur lüften, wenn es draussen kälter ist als drinnen

Bereits im Frühsommer ist die Warmluft von draussen schädlich, weil ihre Feuchtebelastung an den kalten Bauteilen und Einrichtungsgegenständen kondensiert. Im Gegensatz zum Winter darf dann keine Belüftung erfolgen. Räume im Keller sollten immer nur dann gelüftet werden, wenn es draussen kälter ist als drinnen. Dies ist im Sommer gewöhnlich nachts oder in den frühen Morgenstunden.