



Richtig heizen - richtig lüften Gesund und schimmelfrei wohnen!

Aufgrund der klimatischen Bedingungen in unseren Breitengraden müssen Wohnräume rund zwei Drittel des Jahres lang beheizt werden, damit eine angenehme Raumtemperatur erreicht wird. Während der Wintermonate besteht in den beheizten Wohnungen und Häusern verstärkt die Gefahr der Schimmelpilzbildung. Das Auftreten von Schimmelpilzen kann nicht nur zur Beeinträchtigung des Wohlbefindens und der Gesundheit der Wohnungsbewohner, sondern auch zu Schäden an der Bausubstanz führen.

Fazit:

Die von der Luft aufgenommene Feuchtigkeit muss durch einen ausreichenden Luftaustausch regelmäßig aus der Wohnung abgeführt werden, damit es bei Abkühlung der Luft nicht zu Feuchtigkeitsschäden oder Schimmelpilzbildung kommen kann.

Wie heizt man richtig?

Durch richtiges Heizen und Lüften können Sie nicht nur Energie einsparen, sondern auch ein gesundes Raumklima in Ihrer Wohnung schaffen. Wenn Sie unsere Hinweise und Ratschläge beachten, können Sie sich und unserem Wohnungsunternehmen Ärger und Kosten ersparen, denn meistens lassen sich Schimmelbildung und Bauschäden vermeiden.

Unsere Hinweise und Tipps zum richtigen Heizen:

- Beheizen Sie alle Zimmer der Wohnung / des Hauses ausreichend und kontinuierlich. Heizen Sie auch die Zimmer, die Sie nicht ständig benutzen oder in denen Sie etwas niedrigere Temperaturen bevorzugen.
- Lassen Sie die Temperatur der inneren Wandflächen von Außenwänden nie deutlich unter 17° C sinken. Außerdem ist gerade an den Außenwänden eine ausreichende Luftzirkulation besonders wichtig. Daher sollten Sie Möbelstücke - insbesondere solche mit einem geschlossenen Sockel - nicht zu dicht an die Wände stellen. Grundsätzlich sollte ein Abstand von 5 cm - 10 cm zwischen Möbelstück und Wand bestehen bleiben.
- Die Wärmeabgabe der Heizkörper sollte nicht durch Möbelstücke, Verkleidungen oder lange Vorhänge behindert werden. Nutzen Sie die Heizkörper auch nicht als Ablagefläche. Denn bei einem Wärmestau in der Nähe des Heizkörpers registriert Ihr Heizkostenverteiler einen um ca. 10 - 20 % erhöhten Verbrauch an Heizwärme, den Sie bezahlen müssen.
- Die Türen zu den weniger stark beheizten Räumen sollten geschlossen bleiben und die Temperierung dieser Räume sollte durch die dortigen Heizkörper erfolgen. Ansonsten gelangt mit der warmen Luft aus den stärker beheizten Räumen zu viel Luftfeuchtigkeit in die kühleren Räume, die sich bei Abkühlen der Luft dann als Kondensat absetzt. Größere Blattpflanzen mit einer hohen Verdunstung sollten in den stärker beheizten Räumen untergebracht werden.



- Trocknen Sie nasse Handtücher und Kleidungsstücke nach Möglichkeit im Freien. Zusätzlich sollten Sie nasse Fliesen sowie die Dusch- und Badewanne nach Gebrauch trocken reiben.
- Verwenden Sie generell keine Oberflächen versiegelnden Tapeten oder Anstriche, um die „Atmungsfähigkeit“ der Wände nicht zu unterbinden.

Wie lüftet man richtig?

Schenken Sie auch der Zimmer- und Wohnungslüftung die nötige Aufmerksamkeit. Die Lüftung dient nicht nur dem Austausch der verbrauchten Luft durch neue, hygienisch einwandfreie Luft, sondern auch der Abführung der Luftfeuchtigkeit aus der Wohnung. Lüften Sie energiebewusst, aber bedarfsgerecht. Zwar geht beim Lüften Heizenergie verloren, doch dies muss im Interesse gesunder raumklimatischer Verhältnisse und zum Schutz des Baukörpers hingenommen werden. Allerdings sollte der Energieverlust möglichst gering gehalten werden, indem Sie kurz, aber intensiv lüften. Deshalb sollten Sie Fenster und Türen kurzfristig weit öffnen und zusätzlich Durchzug schaffen und die Fenster nicht nur kippend öffnen. Nach fünf bis zehn Minuten ist die verbrauchte, feuchte Raumluft durch trockene Frischluft, die nach kurzer Erwärmung wieder zusätzlichen Wasserdampf aufnehmen kann, ausgetauscht worden. Diese „Stoßlüftung“ sollte mehrmals täglich wiederholt werden. Die „Stoßlüftung“ hat den Vorteil, dass nur die in der verbrauchten Luft enthaltene Wärme entweicht, während das viel größere, in den Wänden und Einrichtungsgegenständen gespeicherte Wärmeevolumen erhalten bleibt und nach dem Schließen der Fenster mithilft, die Frischluft zügig zu erwärmen.

Unsere Hinweise und Tipps zum richtigen Lüften:

- Während der Heizperiode sollte eine „Dauerlüftung“ durch gekippte Fenster oder Türen vermieden werden, denn dadurch wird ein deutlich größerer Wärmeverlust verursacht als bei einer gezielten „Stoßlüftung“.
- Lüften Sie nach Möglichkeit morgens alle Räume kurz, aber intensiv - vor allem Bad und Schlafzimmer. Lüften Sie über den Tag verteilt weitere drei bis vier Mal, indem Sie Durchzug herstellen - vor allem nach dem Kochen, Duschen und Baden.
- Während des Lüftens sollten Sie die Heizkörperventile schließen bzw. die Raumthermostate zurückdrehen. Das Schließen der Heizkörperventile darf allerdings nur während der kurzen „Stoßlüftung“ erfolgen, nach dem Lüften sollten die Ventile wieder geöffnet werden.