



Hinweise für richtiges Heizen und Lüften von Wohnungen zur Vermeidung von Schimmelbildung

1. Richtiges Nutzen von Heizwärme:

Die für ein gesundes Wohnen richtige Raumtemperatur liegt zwischen 18 und 20 Grad. Obwohl in diesen Temperaturbereichen jedes abgesenkte Grad eine Energieeinsparung von ca. 6 % erbringt, sollte, um Bauschäden zu vermeiden, in jedem Wohnraum eine Mindesttemperatur von 17 Grad gehalten werden.

Eine Nachtabsenkung unter diese Temperaturen verspricht auch kaum eine Einsparung, da ein Wiederaufheizen eine unverhältnismäßig lange Aufheizzeit mit entsprechendem Energieaufwand erfordert. Die Räume, die sich an der Nordseite der Wohnung befinden, kühlen im Winter besonders stark aus.

Deshalb ist darauf zu achten, dass diese Räume etwas stärker beheizt werden als die südlichen.

Die Temperaturunterschiede der einzelnen Räume sollten möglichst gering gehalten werden. Schläft man beispielsweise gerne bei geöffnetem Fenster, sollte die Schlafzimmertüre geschlossen und die angrenzenden Zimmer auf mindestens 17 Grad Celsius beheizt werden.

2. Richtiges Lüften:

Verbrauchte und mit der Atemfeuchte angereicherte Raumluft wird als unbehaglich empfunden und verschlingt unnötige Heizenergie. Ein kurzer und dafür lieber häufiger Luftaustausch von je etwa 3 bis 10 Minuten Dauer – auch bei kühler Außentemperatur mit weit geöffneten Fenstern – hilft hier entscheidend (Stoßlüftung).

Sobald sich die Raumtemperatur annähernd der Außentemperatur angleicht, die Fenster wieder schließen. Es gilt dabei zu vermeiden, dass sich die Decken und Wände durch zu langes Lüften abkühlen. Bei einer Stoßlüftung hingegen bleibt die Wärme der Wände und der Decke erhalten, wodurch sich die erneuerte Raumluft schnell wieder aufheizen lässt. Dabei nimmt die erwärmte frische und trockene Luft etwa vorhandene Feuchtigkeit in sich auf.

Während der Heizperiode sollte die Lüftung nie über gekippte Fenster erfolgen. Der Luftaustausch erfolgt damit zu langsam und der Raum kühlt nur unnötig aus. Auch lassen die Thermostatventile die Wärmeabgabe der Heizkörper zusätzlich steigen.

Nicht ratsam ist es, feuchte Raumluft aus Bad, Küche oder Wohnzimmer in unbeheizte Zimmer strömen zu lassen. Dies führt auf unterkühlten Wänden zu Schwitzwasserbildung und in der steten Wiederholung auch zu Stockflecken, Schimmelansatz und Putzschäden.

Die durch Lüftung erneuerte Raumluft sollte die Innenfläche der Außenwände ganzflächig erreichen können. Dazu sind die Möbel von den Außenwänden mindestens 5 cm abzurücken. Idealerweise sollten Möbel wie Schränke und Sofas nicht an der Außenwand stehen. Auch sollten Bilder z. B. mittels dünner Korkscheiben von der Wand abgerückt werden.

Die relative Luftfeuchte sollte in den Wohnräumen nicht mehr als 65 % betragen. Dies lässt sich mit einem preiswerten Luftfeuchtemessgerät (Hygrometer) leicht überprüfen.