

Merkblatt «Richtig Lüften»

Um Schäden und Unannehmlichkeiten zu vermeiden, haben wir die wichtigsten Punkte nachfolgend kurz zusammengestellt.

Optimale Temperatur in der Wohnung:

- Wohnräume und Küche: ca. 20° Celsius
- Schlafzimmer: ca. 18° Celsius
- Badezimmer: ca. 22° Celsius

Wie entsteht Feuchtigkeit in der Wohnung

Raumluft enthält natürlicherweise immer einen Feuchtigkeitsanteil in Form von nicht sichtbarem Wasserdampf. Wasserdampf entsteht z.B. durch die menschliche Atmung, durch die Transpiration von Pflanzen, durch das Kochen oder aber auch beim Duschen und Baden in Nassräumen.

Es gilt die Regel; je wärmer die Lufttemperatur, desto mehr Feuchtigkeit kann die Raumluft aufnehmen bzw. je kälter die Lufttemperatur, desto grösser der Anteil Feuchtigkeit, welcher an die Umgebung (z.B. Niederschlag an Fensterinnenseite, Spiegel im Badezimmer) abgegeben wird.

Negative Folgen

Gerade in der kalten Jahreszeit bildet sich in der Wohnung vermehrt Kondenswasser. Bleibt dieses Kondenswasser unbemerkt und wird nicht richtig beseitigt, entstehen oftmals Feuchtigkeitsschäden (Schimmelbefall, Fleckenbildung, Ablösen von Tapeten etc.). Besonders gefährdet sind Raumecken und Aussenwände, weil oftmals hinter den Möbeln die Luft nicht ausreichend zirkulieren kann. Daraus entstehen Schäden am Gebäude und Inventar.

Was gilt es zu berücksichtigen

3 bis 4-mal täglich Stosslüften, d.h. während kurzer Dauer (ca. 5-10 Min.) die Fenster vollständig öffnen. Sehr effizient ist ein kurzes Querlüften, so dass ein Durchzug geschaffen wird. So gelingt es, in kurzer Zeit viel Feuchtigkeit nach Draussen abzuführen, ohne dass die Wohnung zu stark auskühlt.

Die Fenster dürfen während der kalten Jahreszeit nicht permanent offenstehen (Kippstellung). Der Luftaustausch ist dadurch zu gering und der Energieverlust sehr gross.

Beim Kochen muss der Dampfabzug eingeschaltet und/oder das Fenster geöffnet werden.

Nach dem Duschen/Baden muss der Ventilator eingeschaltet oder das Fenster geöffnet werden.

Das Aufhängen und Trocknen von nasser Wäsche in der Wohnung ist zu unterlassen.

Bei Möbelstücken an Aussenwänden ist darauf zu achten, dass zwischen Möbel und Wand ein Abstand von 10 – 15 cm gewährleistet ist, so dass die Luft gut zirkulieren kann.