

## Mieterinformation

### - Richtig Heizen und Lüften - gesund Wohnen -

Wie sollten Sie sich als Wohnungsnutzer verhalten, um einerseits gesund und schadenfrei zu wohnen, Feuchte- und Schimmelpilzschäden zu vermeiden und andererseits mit möglichst niedrigem Energieaufwand ein behagliches Raumklima zu schaffen?

#### **Dem Raumluf austausch ist besondere Aufmerksamkeit zu widmen!**

Um gesunde raumklimatische Verhältnisse zu erhalten und zum Schutz des Baukörpers, sollte ein ausreichender Luftwechsel durch **häufiges, kurzes Durchlüften** der benutzten Räume oder durch eine automatische Lüftungsanlage ermöglicht werden. Der Luftaustausch dient nicht nur dem Ersatz verbrauchter Luft, sondern auch der Abführung von Feuchtigkeit.

#### **Die Luftzirkulation innerhalb der Räume sollte nicht behindert werden!**

Auch in der abgelegensten Raumecke muss eine ausreichende **Luftzirkulation** gewährleistet sein. Dadurch wird die Oberflächentemperatur der Wände erhöht und eine Konzentration von warmer, feuchter Luft vermieden. Möbelstücke, insbesondere solche mit geschlossenem Sockel, müssen daher bei Außenwänden in einem ausreichenden Abstand von mindestens 5 cm zur Wand stehen.

#### **Der erforderliche Durchlüftungsvorgang ist möglichst kurz zu halten!**

Während des Lüftens geht zwangsläufig Heizenergie verloren. Deshalb sollte kurz und intensiv gelüftet werden. Dazu sollten die **Heizkörperventile geschlossen**, Fenster und Türen weit geöffnet und Durchzug ermöglicht werden. Nach einigen Minuten ist dann die verbrauchte feuchte Raumluft durch kältere, trockene Außenluft ersetzt. Diese kann nach der Erwärmung auf das Niveau der Raumtemperatur wieder zusätzliche Feuchtigkeit aufnehmen.

Für das richtige Lüften gilt folgende Faustregel: **»kurz - oft – intensiv«**.

Kurz steht für etwa drei Minuten, oft für mindestens zehnmal täglich bei überwiegendem Aufenthalt in dem Raum, und intensiv bedeutet, dass die Fenster weit zu öffnen sind.

---

**Jedes Dauerlüften, z.B. durch Kippen des Fensters, sollte während der Heizperiode unterbleiben!**

Ständiges Lüften ist für den erforderlichen Luftaustausch nutzlos und führt zur energieverwendenden Auskühlung der Wände. Die Wärmeabgabe von Heizkörpern sollte nicht durch Möbel, Heizkörperverkleidungen oder Vorhänge behindert werden.

**Die Türen zu weniger beheizten Räumen sollten geschlossen bleiben!**

Andernfalls dringt mit der wärmeren Luft aus anderen Räumen Feuchte ein, die sich dann an den kalten Außenwänden niederschlagen kann. In wenig beheizten Räumen sollte jedes vermeidbare einbringen von Feuchte unterbleiben. Das unbeheizte, nicht mehr genutzte Zimmer ist folglich kein guter Blumenabstellplatz. Das Beispiel Kühlschranks zeigt, dass bei richtiger Vorgehensweise (Türen abgedichtet, nur kurzes Öffnen, Flüssigkeit in verschlossenen Gefäßen) auch saisonal stillgelegte Räume auf niedrigem Temperaturniveau gehalten werden können. Sie müssen dann wie ein Kühlschrank behandelt werden.

**Zusätzliche Luftbefeuchtung sollte vermieden werden!**

Sie erhöht die Luftfeuchte im Raum und damit die Gefahr des Feuchteniederschlags auf kalten Oberflächen.

**Freigesetzte größere Dampfmengen sollten sofort nach außen abgeführt werden!**

Es sollte verhindert werden, dass sich der beim Duschen oder Kochen entstandene Dampf über offene Türen in der gesamten Wohnung verteilt. Dieser sollte schnell durch Lüften von Küche und Bad nach außen geleitet werden.

**In der Wohnung sollte keine Wäsche getrocknet werden!**

Die führt zur unnötigen Erhöhung der Luftfeuchte.

**Jede Wohnung sollte mit Thermometern und mit mindestens einem qualitativ guten Hygrometer (Luftfeuchtemessgerät) ausgestattet sein!**

Durch das Ablesen dieser Geräte können die Bewohnerinnen und Bewohner das Ergebnis des eigenen Heiz- und Lüftungsverhaltens erkennen.

Institut für Bauforschung e. V.  
Hannover