

# Merkblatt

## Richtiges Lüften

Richtiges Lüften verhindert Feuchtigkeitsschäden und Schimmel.

### Das Problem

Vor allem in den Wintermonaten häufen sich Klagen über Kondenswasser. Die Folgen: Schimmelbefall, Feuchtigkeitsschäden an Tapeten bis hin zur Ablösung.

### Die Ursache

In der Raumluft ist unsichtbarer Wasserdampf enthalten. Je wärmer die Luft, desto mehr Feuchtigkeit speichert sie. Kühlt ein Bauteil stark ab, schlägt sich diese Feuchtigkeit dort als Kondenswasser nieder. Betroffen sind oft Fenster oder unzureichend gedämmte Aussenwände.

Die Gefahr der Oberflächenkondensation steigt, je feuchter die Raumluft und je kälter die Bauteiloberfläche ist. Hohe Luftfeuchtigkeit entsteht durch geringen Luftaustausch und zusätzliche Feuchtigkeitsquellen wie Bad, Dusche, Küche, Pflanzen oder Wäsche. Auch durch menschliches Atmen und Schwitzen während der Nacht ist es möglich, dass sich die Luftfeuchtigkeit derart steigert, dass auch in Schlafzimmern feuchte Wände entstehen können.

### Lüften als Gegenmassnahme

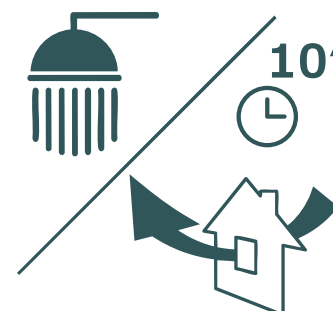
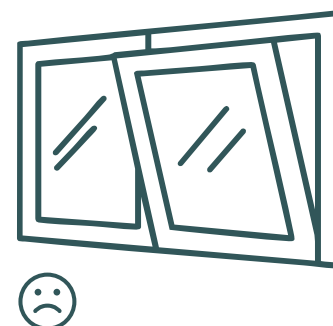
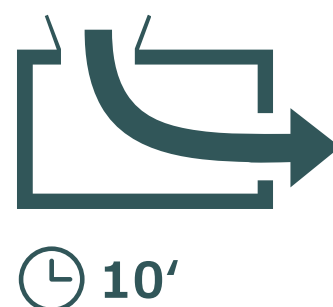
Dichte Fenster erhöhen die Luftfeuchtigkeit in Innenräumen deutlich. Deshalb ist richtiges Lüften entscheidend:

- Es spart Energie.
- Es verbessert die Luftqualität.
- Es steigert das Wohlbefinden.

### Richtig lüften bedeutet

**3–4 Mal täglich die Fenster für 5–6 Minuten (max. 10 Minuten) ganz öffnen (Stosslüften).** Noch effektiver ist Querlüften durch Durchzug. So wird überschüssige Feuchtigkeit rasch abgeführt, Oberflächen kühlen nicht aus, und Heizenergie wird eingespart.

Auch bei Regen oder Nebel ist die Aussenluft meist trockener als die Innenluft. Feuchtigkeit wird also immer nach draussen abgeführt.



## **Lüften von Nass- und Feuchträumen**

Lass- und Feuchträume (Bad, Dusche und auch Küche) sollten während oder unmittelbar nach der «Feuchtigkeitsproduktion» (duschen/kochen) gelüftet werden.

## **Wichtige Hinweise zu Kippfenstern, Fensterbänken und Vorhängen**

Vermeiden Sie es, das Fenster in Kippstellung geöffnet zu lassen.

Während der Heizperiode muss zum effektiven Luftaustausch in jedem Raum das Fenster kurz ganz geöffnet werden. Bei vollgestellten Fensterbänken ist das nicht möglich. Speziell in den Wintermonaten hat Kipplüften nur nachteilige Folgen. Der Luftaustausch erfolgt sehr schleppend. Dafür kühlen die Raumflächen rund um das Fenster sowie der Boden stark aus. Kipplüften ist für deutlich erhöhte Heizkosten verantwortlich und fördert Schimmelbildung.

Zur optimalen Wärmeverteilung innerhalb der Räume ist darauf zu achten, dass keine Vorhänge vor den Heizkörper hängen. Ansonsten sind eine Zirkulation der warmen Luft und ein Aufwärmen der Raumflächen nur vermindert möglich.

## **Möbelabstand zu Aussenwänden**

Möbelstücke, besonders grossflächige wie ein Kleiderschrank, sollten nicht direkt an die Aussenwände geschoben werden. Lassen Sie ca. 10 cm Abstand. So kann die Luft hinter dem Möbel zirkulieren. Es verhindert unliebsame Schäden.

## **Bei längerer Abwesenheit**

Während der Heizperiode Fenster nicht dauerhaft gekippt lassen. Dadurch kühlen angrenzende Bauteile aus. Kondenswasser bildet sich und Heizenergie geht verloren.

## **Raumtemperatur / Luftfeuchtigkeit**

Die Temperatur sollte nicht zu stark gesenkt werden, da sonst Kondenswasser- und Schimmelgefahr steigt. Empfohlen sind ca. 20 °C – 22 °C in Wohnräumen und ca. 18 °C in Schlafzimmern.

Die relative Luftfeuchtigkeit in der Wohnung sollte bei einer Aussentemperatur von 0°C ca. 46% nicht übersteigen.

**Richtiges Stosslüften spart Energie, verbessert die Hygiene und verhindert Feuchtigkeitsschäden sowie Schimmel in Wohnräumen**