

Gesünder Wohnen - richtig Lüften

Richtiges und regelmässiges Querlüften spart Energie, ist hygienischer und vermeidet Feuchtigkeitsschäden in Ihrer Wohnung. Zudem erhöht es die Lebensdauer Ihrer Möbelstücke und Vorhänge.

Vom richtigen Raumklima in der Wohnung hängt es wesentlich ab, ob man sich darin behaglich fühlt. Zugleich trägt es zur Gesundheit bei und hilft Bauschäden vermeiden. Bestimmt wird es von der Temperatur und Luftfeuchtigkeit. Aufgrund der Erkenntnisse moderner Baukunst sind die meisten unserer Liegenschaften perfekter isoliert und besser geheizt denn je zuvor. Darob wird die Bedeutung, die dem richtigen Lüften zukommt, oft unterschätzt.

Wie verhält man sich richtig?

Beim Kochen oder Baden ist zu vermeiden, dass der Dampf in die übrigen Räume entweicht. Dieser kühlt sich nämlich an weniger warmen Gebäudeteilen ab, und weil kalte Luft weniger Wasser aufnehmen kann als warme, bildet sich Kondenswasser, welches zu Feuchtigkeitsschäden führen kann. Bedenken, dass Küche oder Bad darunter leiden könnten, sind nicht am Platz, sofern man dort von Zeit zu Zeit die Fenster öffnet.

Auch wenig benützte Räume müssen beheizt werden, die Radiatoren dürfen daher nie ganz abgestellt werden. Am sinnvollsten ist es, alle Zimmer möglichst gleichmässig zu beheizen. Hält man den Raum absichtlich kühler, sollte dessen Türe geschlossen bleiben.

Die ganze Wohnung sollte **täglich 2 bis 4 Mal** während je etwa fünf Minuten durch vollständiges Öffnen der Fenster **durchgelüftet werden**. Dadurch erneuert man die feuchte (oder verunreinigte) Luft rasch, sodass sich weder Gebäudeteile noch die Wohnungseinrichtung stark abkühlen.

Kein Dauerlüften durchs Kippfenster! Längeres Offenhalten der Fenster ist, besonders im Winter, zu vermeiden. Zu grosse Abkühlung verlangt ein nachheriges Wiedererwärmen der Böden, Decken, Wände, Teppiche, Möbel usw., was einen erhöhten Energieverbrauch von 2 bis 4 Deziliter Heizöl pro Tag bedeutet. Es dauert zudem länger, bis im Raum ein behagliches Klima erreicht ist.

Grössere Möbelstücke nie ganz dicht an exponierte Wände stellen. Sie halten die Raumwärme ab, was das Risiko von Kondensationserscheinungen erhöht. Richtiges Lüften liegt im Interesse des Wohnungsinhabers. Es dient seiner Gesundheit und seinem Wohlbefinden und hilft Heizkosten sparen. Es verhindert Schäden, für welche der Bewohner, wenn er Eigentümer ist, sowieso, wenn er Mieter ist, aufgrund von Art. 257f OR aufzukommen hat.

Darauf ist zu achten!

Es ist gelegentlich möglich, dass sich Kondenswasser auf der Innenseite von Isolierverglasungsfenster bildet. Die ist zwar ein Beweis für gute Fenster, deutet aber gleichzeitig auch daraufhin, dass die Raumluft zu viel Feuchtigkeit enthält und dringend kräftig gelüftet werden sollte.

Optimales Raumklima

Um eine ideale Raumtemperatur zu erreichen, sollten folgende Richtwerte eingehalten werden:

Schlafzimmer:	17° bis 20° C	Thermostatventil auf Stufe 2 bis 3
Wohnräume:	20° bis 21° C	Thermostatventil auf Stufe 3
Nasszellen:	22° C	Thermostatventil auf Stufe 4

Da nicht für alle Räume dieselben Temperaturen empfohlen werden, ist darauf zu achten, dass die Türen zu den Schlafzimmern und den Nasszellen während der Heizperiode geschlossen bleiben. Beim Lüften (Querlüften) sind aber ALLE Türen zu öffnen!

Was tun, wenn...

...es zu warm ist

- Radiatorventil tiefer stellen - nie vollständig zudrehen!
- Raumtemperatur nicht durch dauerhaftes Lüften regulieren! Die Umwelt dankt...

...es zu kalt ist

- Verstellen Möbel oder Vorhänge die Heizkörper? So kann sich die Wärme nicht im Raum ausbreiten.
- Rollläden und Läden nachts schliessen, das verhindert eine Nachtabkühlung.
- Bekleidung der Jahreszeit anpassen. Im Winter nicht barfuss oder im kurzärmeligen T-Shirt herumlaufen.

...es zu trocken ist

- Feuchte Aussenluft erhöht die Luftfeuchtigkeit in den Räumen nicht. Im Gegenteil: Je mehr im Winter gelüftet wird, desto trockener wird die Raumluft. Kaltluft nimmt weniger Wasser auf als warme Zimmerluft.
- Ein Luftbefeuchter ist nur in Ausnahmefällen nötig. Er sollte auf die der Raumtemperatur entsprechende richtige Luftfeuchtigkeit eingestellt werden: 18°C = 55%, 20°C = 50%, 22°C = 45%.

...es zu feucht ist

- Feuchtigkeitsquellen kontrollieren und feuchte Luft gezielt abführen - gründlich kurz querlüften.
- Besonders nach dem Duschen und Baden kräftig lüften. Badezimmertüre erst nachher wieder öffnen.
- Kochen mit Deckel oder Dampfkochtopf. Wenn möglich, Dampfabzug kurz einschalten.
- Wäsche nicht in der Wohnung trocknen.
- Tauchen an den Wänden Schimmelpilze auf, lösen sich Tapeten oder Anstriche, bilden sich Flecken, melden Sie dies umgehend der Verwaltung, damit diese gegebenenfalls einen Spezialisten beiziehen kann.

Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren, sollten Sie noch weitere Fragen zum korrekten Lüften Ihrer Wohnung haben. Vielen Dank für Ihre Mithilfe.