

Richtiges Heizen und Lüften – Vermeidung von Schimmel

Die Vermeidung von Schimmelpilzbildung im Wohnraum gehört heute zu den wichtigsten Aspekten, um gesundheitliche Schäden zu verringern.

Wie kommt es zur Bildung von Schimmelpilzen in Wohnungen?

Überall, wo sich Menschen aufhalten, wo gekocht, gewaschen und gearbeitet wird, verdunstet Wasser, welches von der Raumluft aufgenommen wird.

Allein ein schlafender Mensch verdunstet in 8 Stunden Schlaf allein etwa 0,5 Liter Wasser, hervorgerufen durch sein Atmen.

In einem 3-Personen-Haushalt werden durch die menschliche Wasserdampfabgabe täglich 3-4 Liter Wasser erzeugt, beim Kochen zusätzlich 1-2 Liter und beim Baden oder Duschen auch noch einmal 2-3 Liter. Zusammen sind das also beachtliche 6-11 Liter pro Tag.

Auch Mauern und Pflanzen geben Feuchtigkeit ab.

Die Luft kann allerdings nur eine begrenzte Menge an Wasserdampf aufnehmen. Je wärmer die Luft ist, umso mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen, je kälter sie ist, umso weniger Wasserdampf kann sie aufnehmen.

Wird die Feuchtigkeit zu hoch, kondensiert das in der Luft vorhandene Wasser z.B. an den Fensterscheiben oder in Mauernischen mit geringer Luftbewegung. Das Ergebnis ist, dass die Fenster beschlagen und sich Stockflecken bilden. Im fortgeschrittenen Stadium wird daraus Schimmelpilz, der sich rasch ausbreitet, wodurch sich die Tapete löst und es modrig riecht.

Auch das Lüften ist ein wichtiger Faktor:

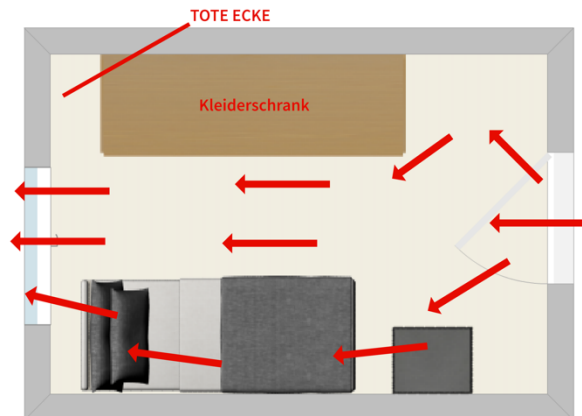
Beim Kippen der Fenster findet nur ein unzureichender Luftaustausch statt, der zudem immer in Richtung Tür geht. Da die Wandbereiche links und rechts neben den Fenstern auf diese Weise niemals mit einem Luftstrom versorgt werden können, wird sich an diesen Wänden schnell Schimmel bilden.

Stores und Übergardinen tragen ebenfalls zur Schimmelpilzentwicklung bei. Je intensiver ein Fenster durch Stores und Übergardinen abgedeckt wird, je geringer also die Frischluftzufuhr bzw. überhaupt der Luftaustausch ist, umso größer ist die Feuchtigkeit in den Bereichen links und rechts neben einem solchen Fenster.

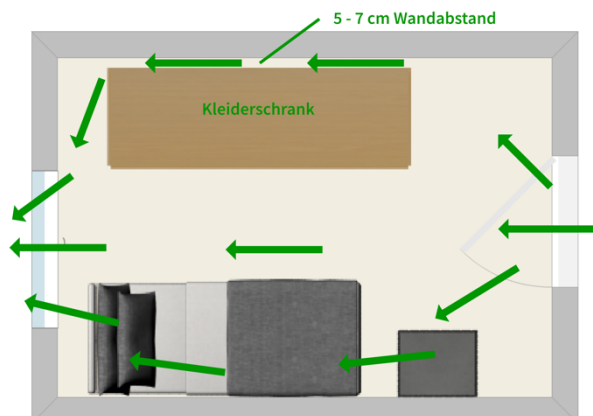
Die richtige Möbelstellung

Sehr großen Einfluss auf die Schimmelpilzbildung hat die Möbelaufstellung. In Schlafzimmern z. B. führt das Vollstellen mit Möbeln an jeglichen Wänden im Zusammenhang mit schlechten Lüftungsgewohnheiten zu schneller Schimmelpilzbildung, weil die Wände nicht genug Luft abbekommen.

Falsch wäre folgende Möbelaufstellung, da auf diese Weise eine tote Ecke entsteht, in der sich Schimmelpilze verstärkt bilden können:



Die zweite Ansicht zeigt die richtige Möbelaufstellung, so dass die Luft hinter den Möbeln zirkulieren kann und Schimmelpilze keine Chance bekommen:



Was muss ich tun, um meine Wohnung optimal zu beheizen und zu belüften?

Heizen Sie alle Räume ausreichend und vor allem möglichst kontinuierlich.

Dies gilt auch für Räume, die Sie nicht ständig benutzen oder in denen Sie ein niedrigeres Temperaturniveau wünschen. Die Innentemperatur von Außenwänden sollte +16°C nicht unterschreiten.

Unterbinden Sie die Luftzirkulation nicht.

An AUßENWÄNDEN: Möbelstücke sollten mindestens 5 cm (besser 10 cm) Abstand zur Wand haben besonders Möbel mit geschlossenem Sockel.

Behindern Sie nicht die Wärmeabgabe der Heizkörper durch Verkleidungen, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel.

Halten Sie die Türen zu weniger beheizten Räumen stets geschlossen. Die Temperierung dieser Räume ist Aufgabe des im Raum befindlichen Heizkörpers. Andernfalls dringt mit der wärmeren Luft aus Nebenräumen zu viel Feuchtigkeit ein, die beim Abkühlen der Luft dann zum Teil als Kondensat ausfällt.

Lüften Sie bedarfsgerecht und dennoch energiebewusst.

Am besten gelingt das durch die sogenannte „Stoßlüftung“. Dabei sollten Sie Fenster und Türen kurzfristig weit öffnen und nach Möglichkeit Durchzug schaffen. Nach etwa 5-10 Minuten ist die verbrauchte, feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, die nach Erwärmung wieder zusätzlichen Wasserdampf aufnehmen kann.

Der Vorteil dieser „Stoßlüftung“ ist, dass mit der verbrauchten Luft nur die darin enthaltene Wärme entweicht, während die in den Wänden und Einrichtungsgegenständen gespeicherten, viel größeren Wärmemengen im Raum bleiben und nach dem Schließen der Fenster mithelfen, die Frischluft wieder schnell auf die gewünschte Temperatur zu bringen. Diese „Stoßlüftung“ sollte mehrmals täglich wiederholt werden.

Vermeiden Sie Dauerlüften während der Heizperiode. Gekippte Fenster verursachen wesentlich mehr Wärmeverluste und Energieaufwendungen als eine gezielte „Stoßlüftung“.

Bei größerem Frischluftbedarf allerdings, z.B. beim Rauchen, empfiehlt sich die „Kippstellung“. Schließen Sie beim Lüften die Heizkörperventile bzw. drehen Sie die Raumthermostate zurück. Aber Vorsicht bei Frost!

Ein Abdrehen der Heizkörper darf nur bei einer kurzen „Stoßlüftung“ erfolgen, sonst besteht die Gefahr, dass das Heizwasser im Heizkörper einfriert und der Heizkörper platzt.

Größere Wasserdampfmengen, die in den einzelnen Räumen, z.B. beim Kochen oder Duschen entstehen, sollten durch gezieltes Lüften der betreffenden Räume sofort nach außen geführt werden.

Ein bedarfsgerechtes Heizen und Lüften ist notwendig und stellt keine Energieverschwendung dar!