



# Merkblatt

## Lüften

### GRUNDSÄTZLICH

Falsche Heiz- und Belüftungsgewohnheiten betreffen den grössten Teil aller Feuchtschäden durch das Winterhalbjahr. Je wärmer die Luft, desto mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen. Wasserdampf wird aber auch von Zimmerpflanzen, Aquarien und Verdunstungsgefässen, an die Raumluft abgegeben. Mensch und Tier geben auch Feuchtigkeit an die Umwelt ab.

**Altbau:** In älteren und nicht sanierten Wohnungen erfolgt der natürliche Luftaustausch über zahlreiche undichte Stellen. Die heutigen wirkungsvollen Abdichtungsmethoden unterbinden diesen automatischen Luftaustausch.

**Neubau:** Besondere Aufmerksamkeit ist der Restbaufeuchtigkeit bei Neubauten zu schenken. Weil das von der Baukonstruktion abgegebene Wasser in hohem Mass von der Raumluft aufgenommen wird, muss die feuchte Luft mit richtigem Lüften abgeführt werden.

**Ausnahme:** Treten bei Fenstern mit Isolierverglasung bei extrem tiefen Aussentemperaturen an den Glasrändern vorübergehend 1 bis 2 cm breite Kondenswasserstreifen auf, so ist dies eine material- und konstruktionsbedingte Erscheinung und ist nicht bedingt durch Restbaufeuchtigkeit. Solche Wärmebrücken sind bedenkenlos und stellen auch keinen Baumangel dar.

### GESUNDHEITLICHE FOLGEN

In einer feuchten Umgebung überleben die Erreger vieler Infektionskrankheiten länger. Auch die Entstehung von Rheuma wird durch Feuchtigkeit begünstigt. Auf Feuchtstellen entwickeln sich grauschwarzgrüne Schimmelpilzkolonien. Ihre Sporen werden durch den Luftzug in der ganzen Wohnung verteilt. Treffen sie dabei auf Nahrungsmittel, Speisen, Textilien und Holz, führt das oft zu Fäulnis. Bei den Bewohnern lösen die Sporen dieser Pilzart in manchen Fällen Allergien aus. Auch Hausstaubmilben und Staubläuse fühlen sich in einer solchen Umgebung besonders wohl und können durch ihren Kontakt mit Nahrungsmitteln ein Hygieneproblem darstellen. Hinzu kommt, dass ein Befall für die betroffenen Bewohner auch ein ästhetisches Problem darstellt.

# Lüften

## MASSNAHMEN

**Richtiges Lüften** spart Energie und vermeidet Ärger!. Wichtig ist der Austausch von warmer, feuchter Innenluft mit der kühleren jedoch trockeneren Aussenluft.

- Lüften Sie mindestens zweimal am Tag intensiv (Stosslüften) für fünf bis zehn Minuten.
- Dabei sollten Sie möglichst viele Fenster und Türen, die ins Freie führen, weit öffnen.
- Lassen Sie Fenster nicht länger geöffnet – auch nicht in Kippstellung. Dies reduziert nur die Wirkung und verschwendet Heizenergie.
- Wasserdampf aus Bad und Küche nicht in die Wohnung entlüften. Das Badezimmer in die obige Stosslüftung mit einbeziehen oder Ventilator mindestens 15 Minuten laufen lassen. Die Filter dieses Ventilators sind alle drei Monate zu wechseln.
- Im Schlafzimmer kann ein Fenster in der Nacht leicht geöffnet bleiben.
- Luftbefeuchter sind Keimherde und sollten nicht unkontrolliert eingesetzt werden.
- Ein Raum sollte nie mehr als 65% relative Luftfeuchtigkeit aufweisen.
- Im Winter nie die Heizung abstellen.

**Raumtemperaturen** von 20 Grad in Wohnräumen und 17 Grad in Schlafräumen nicht unterschreiten (Empfehlung). Die Türen zwischen den kühlen und den übrigen Räumen sollten geschlossen bleiben. Ist die Nachtabsenkung der Heizung zu gross, sinkt die Raumtemperatur und auf den Fenstern und Wänden bildet sich ein feuchter Film.

**Grossflächige Möbel** dürfen nie zu nah an der Wand stehen, Abstand von 5–10 cm.

**Hygrometer** installieren und die Luftfeuchtigkeit periodisch überwachen.

**Luftfeuchtigkeit** sollte zwischen 40–60% liegen.