

TIPPS ZUM RICHTIGEN HEIZEN UND LÜFTEN

Luftaustausch ist wichtig

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.

Luftzirkulation nicht behindern

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 ca. 8 cm zur Wand stehen.

Durchlüftungsvorgang kurz halten

Während des Lüftens geht zwangsläufig Heizenergie verloren. Deshalb sollte kurz und intensiv gelüftet werden. Dieser Lüftungsvorgang sollte während des Aufenthalts in einem Raum mehrfach erfolgen. Vor längerem Verlassen eines Raumes und vor Temperatur-Absenkung ist ebenfalls für einen Luftaustausch zu sorgen.

Faustregel: „kurz – oft – intensiv“

Kurz steht für etwa drei Minuten, oft für mehrmals täglich bei überwiegendem Aufenthalt in dem Raum und intensiv bedeutet, dass die Fenster weit zu öffnen sind (Stoßlüftung, optimalerweise Querlüftung).

Jedes Dauerlüften, beispielsweise durch Kippen des Fenster, sollte während der Heizperiode unterbleiben. Ständiges Lüften führt lediglich zur energieverwendenden Auskühlung der Wände und vor allem der Fensterlaibungen.

Die Wärmeabgabe von Heizkörpern sollte nicht durch Möbel, Heizkörperverkleidungen oder Vorhänge behindert werden.

Türen zu weniger beheizten Räumen sollten nach Möglichkeit geschlossen bleiben. Andernfalls dringt mit der wärmeren Luft aus anderen Räumen Feuchtigkeit ein, die sich dann an den kalten Außenwandflächen niederschlagen kann.

Freigesetzte größere Dampfmengen möglichst sofort nach Außen abführen. Damit soll verhindert werden, dass sich der beim Duschen oder Kochen entstandene Dampf über offenen Türen in der gesamten Wohnung verteilt. Er sollte schnell durch Lüften von Küche und Bad nach außen geleitet werden.

In der Wohnung sollte keine Wäsche getrocknet werden. Dies führt zur unnötigen Erhöhung der Luftfeuchtigkeit.

Jede Wohnung sollte mit Thermometern und mindestens einem qualitativ hochwertigen Hygrometer ausgestattet sein. Durch Ablesen dieser Geräte können die Bewohnerinnen und Bewohner das Ergebnis des eigenen Heiz- und Lüftungsverhaltens erkennen.