



Mieterverein Dresden

§ informiert §

Mieterverein Dresden und Umgebung e.V.
Fetscherplatz 3, 01307 Dresden

Richtig heizen und lüften

Wo liegt das Problem?

Damit wir uns in unserer Wohnung wohl fühlen, müssen wir während rund zwei Dritteln des Jahres Wärme, also Energie, zuführen. Energie ist kostbar und teuer - also ist sparsamer Umgang mit Energie angesagt. Der technische Fortschritt macht es möglich, behagliche Raumwärme auch mit wenig Energie zu erzielen. Wärmedämmung der Außenwände, Isolierglasfenster, moderne Heizungssysteme und Thermostatventile gehören heute zum Standard einer Neubau- oder modernisierten Wohnung. Der Wärmeverlust wird minimiert und die Wärmezufuhr reguliert. Das Ganze funktioniert aber nur, wenn auch der Nutzer der Wohnung mitspielt. Aus falsch verstandener Sparsamkeit beim Heizen und Lüften wird oft gerade das Gegenteil erreicht: höherer Energieverbrauch, feuchte Stellen an Wänden und Schimmel.

Ein bisschen Physik:

Luft hat die Eigenschaft, sich mit Wasser zu verbinden. Wasserdampf wird in der bewohnten Wohnung beständig produziert: beim Baden und Waschen, beim Kochen, beim Atmen, auch Zimmerpflanzen tragen dazu bei. Je wärmer die Raumluft ist, umso mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen. Kühlt mit Wasserdampf angereicherte Luft ab und wird die Sättigungsgrenze (Taupunkt) erreicht, gibt sie einen Teil des Wassers in Form von Kondensat ab. Bei einer Raumtemperatur von 20° C bedeutet ein Anstieg der relativen Luftfeuchtigkeit von 50 auf 70 Prozent einen Anstieg der Taupunkttemperatur von 9,3° C auf 14,4° C. Praktisch heißt das, dass sich bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von 70 Prozent an allen Oberflächen, die kühler als 14,4° C sind, Kondenswasser bildet.

Früher besaß in der Regel das einfach verglaste Fenster die kälteste Oberfläche im Raum. Heute befinden sich die "wunden" Punkte bevorzugt in Zimmerecken an der Außenwand, am Übergang von der Außenwand zur Zimmerdecke und an Festerstürzen. Noch bevor äußerlich Schäden sichtbar werden, kann in die Außenwand von innen eingedrungener Wasserdampf in kälteren äußeren Schichten kondensiert sein. Eine durchfeuchtete Wand leitet die Heizenergie bis zu dreimal so schnell nach außen! Die Folge ist höherer Heizenergiebedarf. Außerdem entsteht ein guter Nährboden für Schimmelpilze.

Die Aufnahmefähigkeit der Luft für Wasserdampf ist von der Temperatur abhängig. So viel Feuchtigkeit kann die Luft aufnehmen:

➤ bei 0° C	5 g pro Kubikmeter
➤ bei 10° C	9 g pro Kubikmeter
➤ bei 15° C	13 g pro Kubikmeter
➤ bei 20° C	17 g pro Kubikmeter
➤ bei 24° C	22 g pro Kubikmeter

Drei Faktoren können wesentlich dazu beitragen, dass keine Schäden entstehen:

- 1. eine angemessene Raumtemperatur,**
- 2. eine nicht zu hohe Luftfeuchtigkeit,**
- 3. eine ausreichende Luftzirkulation.**

Am behaglichsten ist es in Wohnräumen bei einer konstanten Temperatur zwischen 18 und 24° C und einer Luftfeuchtigkeit zwischen 35 und 65 %.

☞ **Fazit: Richtiges Heizen und Lüften hilft Energie zu sparen, Schäden zu verhindern und sorgt für eine behagliche Wohnatmosphäre.**

20 Tipps zum richtigen Heizen und Lüften:

1. Auch im Herbst und Frühjahr sollten (bei Anwesenheit) folgende Temperaturen eingehalten werden: Im Wohnzimmer, Kinderzimmer und in der Küche 20°C, im Bad 21°C, nachts im Schlafzimmer 14°C. Als Faustregel gilt: je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.
2. Die Heizung auch bei Abwesenheit tagsüber nie ganz abstellen. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur.
3. Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts geschlossen halten.
4. Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen. Das "Überschlagenlassen" des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, d. h. feuchte Luft ins Schlafzimmer; diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder.
5. Richtig lüften bedeutet: Die Fenster kurzzeitig (5 Minuten reichen oft schon aus) ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie.
6. Morgens in der Wohnung einen kompletten Luftwechsel durchführen. Am besten Durchzug machen, ansonsten in jedem Zimmer das Fenster weit öffnen.
7. Die Mindestzeit für die Lüftung hängt von dem Unterschied der Zimmertemperatur zur Außentemperatur und davon ab, wie viel Wind weht.
8. Selbst bei Windstille und geringem Temperaturunterschied reichen in der Regel 15 Minuten Stoßlüftung aus.
9. Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden.
10. Einmal täglich lüften genügt nicht. Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel inkl. Schlafzimmer vornehmen.
11. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.
12. Bei innen liegendem Bad ohne Fenster auf dem kürzesten Weg (durch ein anderes Zimmer) lüften. Die anderen Türen geschlossen halten. Besonders nach dem Baden oder Duschen soll sich der Wasserdampf nicht gleichmäßig in der Wohnung verteilen.
13. Große Mengen Wasserdampf (z. B. durch Kochen) möglichst sofort nach draußen ablüften. Auch hier durch Schließen der Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt.
14. Wenn Wäsche in der Wohnung getrocknet werden muss, weil ein Trockenraum fehlt, dieses Zimmer öfter lüften. Zimmertüre geschlossen halten.
15. Nach dem Bügeln lüften.
16. Auch bei Regenwetter lüften. Wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet, ist die kalte Außenluft trotzdem trockener als die warme Zimmerluft.
17. Luftbefeuchter sind fast immer überflüssig.
18. Bei Abwesenheit am Tage ist natürlich auch das Lüften tagsüber nicht möglich, aber auch nicht nötig! Hier reicht es, morgens und abends richtig zu lüften.
19. Bei neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher. Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.
20. Große Schränke sollten nicht zu dicht an kritische Wände angerückt werden. Aber: Zwei bis vier Zentimeter Abstand müssen reichen.

Und noch ein Tipp:

- Mit einem Thermometer und einem Hygrometer können Sie Temperatur und Luftfeuchtigkeit unter Kontrolle behalten. Der Handel bietet auch kombinierte Geräte mit Warnfunktion, wenn Temperatur und Luftfeuchtigkeit kritische Werte erreichen.

Kontakt über:

Mieterverein Dresden und Umgebung e.V., Fetscherplatz 3, 01307 Dresden

Telefon: 866 45-0 **Fax:** 866 45-11 **E-Mail:** info@mieterverein-dresden.de **Internet:** www.mieterverein-dresden.de