

## Lüftungsfibel

Ihr Wohnungs-Klima können Sie selbst bestimmen! Einen wesentlichen Einfluss auf Ihr Wohlbefinden haben: **Temperatur, Feuchte, Zugluft und Gerüche sowie Schadstoffe**. Hohe Feuchtigkeit in der Raumluft kann zu Bauschäden und Schimmelpilzbefall führen, wenn Sie an kalten Außenwänden kondensiert, Bewohner sind dadurch einem erhöhten Gesundheitsrisiko ausgesetzt. Mieterhinweis: Schäden die durch Fehlverhalten entstehen, müssen nicht durch den Vermieter beseitigt werden und berechtigen ebenso wenig zur Minderung der Miete, die Kosten muss in der Regel der Verursacher tragen.

### Grundregel für richtiges Lüften:

- Mindestens 2 bis 3-mal täglich: Stoßlüften (Durchzug) ca. 5 - 10 Minuten, um verbrauchte Luft in kürzester Zeit auszutauschen. Die gespeicherte Wärme in Wänden und Möbeln bleibt erhalten.
- Heizkörperventile während der kurzen Lüftung schließen.
- Gekippte Fenster im Winter vermeiden. Der Luftaustausch ist zu gering, der Wärmeverlust zu groß.
- Keller nicht im Sommer lüften. Warme Sommerluft enthält viel Feuchtigkeit, die an kalten Kellerwänden kondensiert.
- Räume ohne Fenster durch angrenzende Räume belüften. Alle anderen Türen schließen.

**Lesen Sie, wie Sie es vermeiden können, Mängel zu verursachen:**

1. Bei Anwesenheit sollten auch im Herbst und Frühjahr folgende Temperaturen eingehalten werden:
  - a. Wohnzimmer, Kinderzimmer, Küche = 20 Grad
  - b. Bad = 22 Grad
  - c. Schlafzimmer(über Nacht) = 14 Grad

Als Faustregel gilt:

Je kühler die Zimmertemperatur, desto öfter muss gelüftet werden.

Je kälter die Außentemperatur, desto kürzer muss gelüftet werden.

2. Die Heizung in der Heizperiode bei Abwesenheit nur auf Absenkmodus stellen, auch tagsüber nie ganz ausschalten. Ständiges Auskühlen und Wiederaufheizen ist teurer, als das Halten einer abgesenkten Durchschnittstemperatur. Heizsysteme mit Fußbodenheizung ohne Nachtabenkung betreiben.
3. Innentüren zwischen unterschiedlich beheizten Räumen tags und nachts geschlossen halten.
4. Nicht vom Wohnzimmer das Schlafzimmer mitheizen. Das "Überschlagen lassen" des nicht geheizten Schlafzimmers führt nur warme, das heißt feuchte Luft ins Schlafzimmer, diese schlägt dort ihre Feuchtigkeit nieder.
5. Richtig lüften bedeutet: Die Fenster kurzzeitig ganz öffnen (Stoßlüften). Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie.

Empfohlene Lüftungsdauer bei Stoßlüftung in den Monaten:	
Dezember, Januar, Februar	4 bis 6 Minuten
März, November	8 bis 10 Minuten
April, Oktober	12 bis 15 Minuten
Mai, September	16 bis 20 Minuten
Juni, Juli, August	25 bis 30 Minuten
Notwendige Lüftungsdauer für einen Luftwechsel bei Stoßlüftung (ganz geöffnetes Fenster bei Windstille) je nach jahreszeitlicher Außentemperatur.	

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. Einmal täglich lüften genügt nicht. Vormittags und nachmittags nochmals die Zimmer lüften, in denen sich Personen aufgehalten haben. Abends einen kompletten Luftwechsel inklusive Schlafzimmer vornehmen.
9. Nicht von einem Zimmer in ein anderes, sondern nach draußen lüften.
10. Bei innenliegendem 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.
11. 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.
12. Wenn Wäsche in der Wohnung getrocknet werden muss, weil ein Trockenraum fehlt, dieses Zimmer öfter lüften. Zimmertüre geschlossen halten.
13. Nach dem Bügeln lüften.
14. Auch bei Regenwetter lüften. Wenn es nicht gerade zum Fenster hereinregnet, ist die kalte Außenluft ( $< 12^{\circ} \text{C}$ ) trotzdem trockener als die warme Zimmerluft ( $20^{\circ} \text{C}$ ).
15. Luftbefeuchter sind fast immer überflüssig.
16. Befeuchten Sie die Raumluft nur, wenn diese tatsächlich zu trocken ist. An kalten Wintertagen kann die Raumluft sehr trocken werden (unter 25%), da die kalte Außenluft beim lüften viel Feuchte aufnimmt. Nur für diesen Fall sollten zusätzliche Luftbefeuchter verwendet werden. Beachten Sie dabei, dass die Luftfeuchte nicht dauerhaft über 60% steigt (Hygrometer!).
17. 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.
18. Bei neuen, besonders dichten Isolierglasfenstern häufiger lüften als früher. Auch dann spart man im Vergleich zum alten Fenster Heizenergie.
19. Große Schränke sollten nicht zu dicht an kritische Wände (Außenwände) angerückt werden.
20. Bei Kellerräumen gilt wie bei Wohnräumen: Je kälter es draußen ist, desto besser wirkt die
21. Entfeuchtung durch Lüftung.
22. Kellerräume aber auch andere kühle Räume im Sommer am besten nur nachts lüften, dann ist die Außenluftfeuchte am geringsten.
23. Wenn im Sommer am Tag warme feuchte Außenluft ins kühle Haus gelüftet wird, kann keine zusätzliche Feuchtigkeit gebunden und damit abgelüftet werden, es wird sogar zusätzlich Feuchtigkeit ins Haus geholt.
24. Im Schlafzimmer sollte für das „Schlafen mit offenem Fenster“ folgendes beachtet werden:
25. Es sollte Durchzug vermieden werden, d. h. die Schlafzimmertür muss geschlossen bleiben und am besten mit einer Fugendichtung versehen werden. In der Heizperiode ist auch bei Windstille maximal ein gekipptes Fenster nötig, um den Gehalt des „Leitschadstoffs“ für

schlechte Luft, das Kohlendioxid, unter der altbewährten „Pettenkofer-Grenze“ zu halten. Je kälter es draußen wird, desto kleiner braucht die Fensteröffnung zu sein, um den gleichen Effekt zu erzielen (zunehmende Thermik!). Eine einfache Möglichkeit das unbeheizte Schlafzimmer an kalten und windigen Tagen energiesparend zu belüften ist das Anbringen eines „Sturmhakens“ an einem Kippfenster.

So können Sie das Wohnklima optimieren:

### **Zimmerpflanzen**

Weniger ist mehr. Besonders in kühlen Zimmern ist es besser, Pflanzen aufzustellen, die wenig Gießwasser benötigen. Die kalte Luft nimmt die von den Pflanzen abgegebene Feuchtigkeit nur geringfügig auf – und kritische Feuchte kann entstehen.

### **Offene Feuerstätten**

Kachelöfen, Kamine und Heizkessel entziehen dem Raum die für die Verbrennung nötige Luft. In dichten Gebäuden (z. B. Neubau) wird das zu Problemen führen, da bei unvollständiger Verbrennung Kohlenmonoxid entsteht. Wenn Sie offene Feuerstätten nutzen und eine Lüftungsanlage besitzen, muss durch geeignete Sicherheitseinrichtungen ein gefahrloser Betrieb ermöglicht werden. Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich an Ihren Schornsteinfegermeister. Dieser informiert Sie über mögliche Risiken und Lösungsvorschläge.

### **Vorhänge**

auf Abstand halten. Wenn Vorhänge einen Abstand von einer Handbreite zu Wand und Fußboden haben, kann die Luft frei zirkulieren.

### **Einrichtung**

Wenn in einer kühlen Außenecke ein Schrank steht, sinkt die Wandtemperatur umso stärker, je näher dieser an der Wand steht. Dadurch kann kritische Feuchte entstehen. Am besten ist es, keine großen Schränke oder Betten mit geschlossenen Bettkästen in Außenecken zu platzieren. Den richtigen Standort haben Ihre Möbel bei einem Abstand von 5–10 Zentimetern zur Wand. Mit Lüftungsgittern bzw. Schlitzfenstern in Möbelsockeln und Wandleisten sorgen Sie für zusätzliche Hinterlüftung.

### **Wenn gar nichts hilft**

Sie haben alle Tipps zum richtigen Lüften und Heizen beachtet und trotzdem sind Schimmelpilz oder Feuchteschäden sichtbar? Dies kann auf Baumängel hindeuten. Die Folgen eines undichten

Daches, einer schadhaften Feuchtesperre oder einer ausgeprägten „Wärmebrücke“ können Sie nicht „weglüften“.

**Kontaktieren Sie Ihren Vermieter damit die Ursachen umgehend gefunden bzw. beseitigt werden können.**