

Merkblatt «Richtiges Lüften»

Richtiges Lüften ist entscheidend um Ihre Gesundheit zu schützen und Schäden am Bau zu vermeiden.

In bewohnten Räumen entsteht Feuchtigkeit durch Bewohnende, aber auch durch die Umgebung. Im Winterhalbjahr sind die Fenster häufig am unteren Rand beschlagen und entlang des Rahmens bilden sich kleine Wassertropfen. Bei sehr hoher Luftfeuchtigkeit kann dieses Kondensat so stark sein, dass das Wasser von den Fensterflügeln auf den Boden tropft. In der Folge besteht die Gefahr von Schimmelbildung an den Wänden und Decken.

Damit dies verhindert wird, ist eine konsequente Feuchtigkeitsabfuhr erforderlich! Das heisst, es muss regelmässig und täglich mehrfach gut gelüftet werden. Die warme, feuchte Luft muss aus den Räumen entweichen und durch kühlere, trockenere Luft ersetzt werden.

Einige Fakten

Temperatur	Je wärmer die Raumluft ist, desto mehr Feuchtigkeit kann sie aufnehmen.
Feuchtigkeitsproduktion	Ein 4-Personen-Haushalt gibt täglich zwischen 6-12 Liter Wasser an die Luft ab. Hierbei ist die Feuchtigkeit des Duschens oder Kochens nicht eingerechnet.
Sommer/Winter	Im Sommer gibt es praktisch nie Kondensat an den Fensterscheiben, da die Differenz der Oberflächentemperaturen nicht so hoch ist wie im Winter.
Physik	Der ganze Prozess ist ein bauphysikalischer Vorgang, weshalb in der Regel nicht von einem Baumangel gesprochen werden kann.

Folgendes gilt es zu beachten:

Stosslüften	Öffnen Sie die Fenster für 5 bis 10 Minuten vollständig, um einen schnellen Luftaustausch zu gewährleisten. Dies sollte mehrmals täglich erfolgen, insbesondere nach dem Kochen, Duschen oder vor und nach dem Schlafen, um die Feuchtigkeit schnell abzuführen.
Querlüften	Nutzen Sie die Möglichkeit des Durchzugs, indem Sie Fenster auf gegenüberliegenden Seiten des Raumes öffnen. Dies ist besonders effektiv, um die Luft schnell zu erneuern und die Raumfeuchtigkeit zu reduzieren.
Kippen vermeiden	Lassen Sie Fenster nicht dauerhaft in Kippstellung, da dies zu einer unzureichenden Belüftung führt und die Wände auskühlen kann, was Schimmelbildung begünstigt.
Heizung anpassen	Drehen Sie die Heizkörper während des Lüftens herunter, um Energie zu sparen. Eine angenehme Raumtemperatur liegt in der Regel zwischen 18 bis 22°C.
Wärmestrom zulassen	Keine dichten Vorhänge vor die Fenster oder Radiatoren hängen, Wände und Nischen (vor allen Aussenwänden) nicht mit Gegenständen vollstellen, mind. 10 cm Abstand halten.

Zusammengefasst:

Lüften Sie bewohnte Räume mehrmals am Tag, idealerweise am Morgen, am Mittag und am Abend, ebenso nach dem Kochen, Duschen oder Baden. Schlafräume auch vor dem Zubettgehen. Fenster ganz öffnen um zu Lüften und Heizung währenddessen runterschrauben. KEINE Fenster kippen! Radiatoren nicht mit Gegenständen wie Pflanzen, Vorhänge, Möbel verstellen, keine Möbel an Aussenwände, bzw. mind. 10 cm Abstand.