

Ein Leitfaden für Lüftung und Trocknung

Räume gesund und trocken zu halten will ebenso wie richtiges Lüften gelernt sein. Daher einige Tipps, wie Sie es richtig machen sollten:

- Waschen
- Baden
- Kochen
- Pflanzen
- Aquarien

Feuchtequellen sollten Sie reduzieren, wo es geht. Wenn Unklarheit über die Feuchtebelastung besteht: Ein Hygrometer zeigt Ihnen die relative Luftfeuchtigkeit im Raum an. Dabei sollten 50% relative Luftfeuchtigkeit während der Heizperiode nicht über einen längeren Zeitraum überschritten werden. Bei einer Außenlufttemperatur von weniger als +5°C sollten 45%, unter 0°C 40% nicht überschritten werden. Bei unter -5°C sollte die rel. Luftfeuchte deutlich unter 40% liegen. Lüften Sie 4 bis 5 mal täglich, am besten quer.

Problembereich: Neubaufeuchte Während der Bauzeit gelangen je nach Konstruktion, Bauweise und Witterung große Mengen Wasser (bis zu 40.000 Litern bei einem Einfamilienhaus) in ein Gebäude. Davon ist beim Einzug die eine Hälfte weggetrocknet, die andere wird von den verschiedenen Baustoffen unterschiedlich lange gespeichert. Bei dampfdichten Beschichtungen können sehr lange Austrocknungszeiten die Folge sein. Da Wohnungen meist schon kurz nach der Fertigstellung bezogen werden, müssen sich die Bewohner von Neubauten mit den Problemen der Neubaufeuchte auseinandersetzen.

Dabei ist zu beachten:

- verstärktes Lüften, öfter als normal, ist nötig
- stärkeres Heizen (höhere Energieaufwendungen) ist notwendig,
- Einschränkungen bei der Möblierung sind zu beachten

Behinderung der Luftzirkulation sollte vermieden werden, also keine Möbel dicht an den Wänden, oder nur mit Abstand (>10 cm) dazu, aufstellen. Erst nach Ablauf von etwa zwei Heizperioden kann man davon ausgehen, dass sich die Feuchtigkeit in den Bauteilen auf ein normales Maß reduziert hat.

Möblierung:

Ermöglichen Sie eine Luftzirkulation . Die Möbel sollten wenn möglich bis zu 10 Zentimeter Abstand von der Außenwand haben!

Möbel:

Entscheiden Sie sich, wenn möglich, für kleinflächige Möbel aus Massivholz - am besten solche mit Beinen. Große Schränke aus Pressspanplatten behindern die Luftzirkulation und können über ihre meist dichten Oberflächen keine Feuchtigkeit puffern.

Heizen:

Die Gefahr von Feuchteschäden ist desto größer, je größer und häufiger die Temperaturunterschiede innerhalb einer Wohnung sind. Temperaturschwankungen sollten Sie möglichst vermeiden. Alle Räume, auch solche, die selten oder tagsüber nicht genutzt werden, sollten nie ganz auskühlen.

Lüften:

Vermeiden Sie das Kippen! Ihre Wohnräume sollten mindestens dreimal täglich stoßgelüftet werden, d. h. Lüften bei vollständig geöffnetem Fenster. Die Lüftungsdauer sollte, je nach Jahreszeit, 2 bis 20 Minuten dauern. Je kühler es draußen ist, desto kürzer dürfen Sie lüften!

Problembereich Nr. 1: Das Schlafzimmer

So wird's häufig gemacht:

Zu warm schläft es sich schlecht. Die Innenlufttemperatur wird deshalb normalerweise im Schlafzimmer deutlich abgesenkt. Im Schlafzimmer sind traditionell die Fenster auf Kippstellung beim Lüften. Dadurch sinkt die Lufttemperatur (zu) stark, außerdem kühlen Leibungen und Fenstersturz stark aus. Kalte Bauteile sind aber eine große Gefahr für zu hohe Feuchte! Querlüften / Überschlagen am Abend: Durch das Öffnen der Verbindungstüren soll der tagsüber stark ausgekühlte Raum zur Nacht leicht aufgewärmt werden. Jede Person produziert ca. 0,5 l bis 1 l Feuchtigkeit im Schlaf. Wäscheständer werden aus optischen Gründen oft ins tagsüber nicht genutzte Schlafzimmer gestellt. Meist üblich: Große Kleiderschränke stehen häufig auch noch direkt an der Außenwand. Bautechnisch wird der Schrank so ein Teil der Konstruktion. Folglich verlagert sich der Taupunkt vom Mauerwerk direkt in den Schrank. Dort setzt sich dann auch Kondensat ab und es riecht muffig. Bodenlange Vorhänge gehören meist auch zur Standardausstattung von Schlafzimmern. Das Kondensat bleibt an der Wand, weil sie die Luftzirkulation verhindern.

So macht man es besser:

Gleichmäßiges Heizen auf eine Schlaf-Wohlfühltemperatur, in der Regel 18° bis 19° Celsius und aufs Überschlagen verzichten. Verbannen Sie den Wäscheständer aus dem Schlafzimmer! Trocknen Sie die Wäsche in wärmeren, regelmäßig gelüfteten Räumen. Keine feuchtesperrende Materialien wie Latexfarben oder Isoliertapeten, sondern lieber feuchtespeichernde verwenden, z. B. Teppichböden oder Calciumsilikatplatten mit einem mineralischen Putz an Wänden. Nach dem Aufstehen und vor dem Zubettgehen gründlich stoßlüften.

Problembereich Nr. 2: Die Küche

So wird's häufig gemacht:

Einbauküchen stehen häufig direkt an der (Außen-)Wand, dadurch wird die Luftzirkulation unterbunden. Kochen - hier einfach als Dampfquelle verstanden - bekommt Räumen nur schlecht. Beim Kochen entstehen Spuren, die dann durch häufiges Feucht-wischen von Oberflächen und Böden beseitigt werden - dadurch entsteht noch mehr Feuchtigkeit. Die Wohnküche ist einer der am meisten frequentierten Räumen jeder Wohnung. Viele Menschen produzieren viel Feuchtigkeit.

So macht man es besser:

Wo immer es geht, Luftzirkulation und Luftzugang zum Mauerwerk fördern. Z. B. durch teilweise Lüftungsgitter in Arbeitsplatten oder Öffnung der Schrankrückwände. Abluft-Dunstabzugshauben, die die Feuchtigkeit per Schlauch und durch einen Filter nach außen transportieren. Umluft-Abzugs-hauben saugen keine Feuchtigkeit ab, sondern nur Fett und Geruch. Lüften während / unmittelbar nach dem Kochen oder Wischen. Durch einen feuchtigkeitsgesteuerten Wandlüfter erfolgt eine automatische Regelung des Luftaustauschs . Die Feuchtigkeit wird nach draußen geleitet, die Wärmeenergie wird einfach und effizient zurückgeführt.

Problembereich Nr. 3: Das Badezimmer

So wird's häufig gemacht: Feuchte gehört hier zur Natur der Sache. Hohe Feuchte- bzw. Wasserdampfmengen - meist in einem verhältnismäßig kleinen Raum. Nur geringe Lüftungsmöglichkeiten durch kleine Fenster oder häufig nicht ausreichend dimensionierte Abluftanlagen. Zeitverzögerte Feuchteabgabe durch nasse Handtücher im Raum (man beachte den Gewichtsunterschied zwischen trockenem und nassem Handtuch!). Praktisch, aber schädlich: Die typischen Wäschespinnen über der Badewanne. Wandhohe Verfliesung, dadurch kaum Kondensationspuffer: Die Fliese nimmt keine Feuchtigkeit auf, sie bleibt also in Tropfenform im Raum - dies ist die Ursache für die typische Schimmelbildung in Fugen.

So macht man es besser:

Eine höhere Temperatur als in den Wohnräumen. 22° bis 24° Celsius kommen der Behaglichkeit und dem Raumklima gleichermaßen zugute. Duschen bei offenem Fenster. Die Feuchte kann raus, die Kühle von außen bemerkt man hinter dem Duschvorhang kaum. Bei zu kleinen oder fehlenden Fenstern empfiehlt sich der Einbau eines automatisch feuchteregulierenden Wandlüfters, Abluftanlagen innenliegender Sanitärräume funktionieren vor allem deshalb häufig mangelhaft, weil ihre Nachlaufzeit zu kurz eingestellt wurde. Eine Verlängerung der Nachlaufzeit ist meist einfach einzustellen und bringt echte Verbesserung. Wenn möglich: Feuchte Handtücher entfernen! Trocknen Sie diese z. B. auf den Balkon. Ausnahmsweise: Nach Nutzung und Stoßlüftung zusätzlich Querlüften. Die feuchte Luft verteilt sich in angrenzenden Räumen, ohne dort bautechnisch gefährlich zu werden. Fliesen nur im Spritzwasserbereich, bis zu einer Höhe von ca. 1,50 m. Kalkputze oder spezielle Beschichtungen an Wänden und Decke regulieren den Feuchtehaushalt. Vom Bademeister lernen: Feuchtigkeit auf Fliesen mit dem Gummischieber abziehen und damit gleich die Feuchte reduzieren.

Die Geschichte vom richtigen Lüften

Stellen Sie sich vor, es ist Winter und bitterkalt draußen. Sie leben mit Ihrer Familie in einem Raum, es steht ein Ofen darin, mit dem Sie heizen und kochen können. Betten, Tisch und Stühle sind ebenfalls vorhanden. Aber in Ihrem Raum ist es bitterkalt, es herrschen Frosttemperaturen.

Pünktlich jeden Morgen, wenn der Wecker klingelt, kommt ein kleines Männchen und kippt einen Eimer mit 2 Liter Wasser mitten in Ihren Raum. (Das ist die Feuchtigkeit, die die Bewohner über Nacht an die Raumluft abgegeben haben).

Leider sind in Ihrem Raum ja Minusgrade. Damit das Wasser nicht gefriert, müssen Sie also der Ofen anheizen und dafür sorgen, dass kein Glatteis in Ihrer Behausung entsteht. (Sie müssen ausreichend heizen)

Sie möchten natürlich dieses Wasser wegbekommen. Also nehmen Sie einen Lappen und wischen das Wasser auf. Leider haben Sie nur einen kleinen Eimer, er fasst gerade mal einen Liter. So wischen Sie erst mal den ersten Liter Wasser mit dem Lappen auf, wringen ihn aus, bis Ihr Eimerchen voll ist. Jetzt tragen Sie das Eimerchen nach draußen und kippen es aus. (Sie lüften das erste Mal)

Das ganze müssen Sie noch mal wiederholen, da ja immer noch der zweite Liter Wasser auf dem Boden steht. (Sie lüften zum zweiten Mal)

Damit es kein Glatteis gibt, sollten Sie nicht vergessen, hin und wieder ein paar Scheite Holz anzulegen.

Pünktlich zur Mittagszeit kommt das kleine Männchen und kippt wieder einen kleinen Eimer mit 2 Liter Wasser mitten in den Raum. (Das ist die Feuchtigkeit, die Sie beim Kochen an die Raumluft abgegeben haben).

Sie möchten natürlich auch dieses Wasser wieder wegbekommen. Also nehmen Sie wieder einen Lappen und wischen das Wasser auf. Und wieder tragen Sie zwei Mal Ihr volles Wassereimerchen nach draußen und kippen es aus. (Sie lüften das dritte und vierte Mal)

Pünktlich zum Abendessen kommt das kleine Männchen wieder und kippt seinen kleinen Eimer mit 2 Liter Wasser mitten in den Raum. (Das ist die Feuchtigkeit, die Sie beim Wäschewaschen und Duschen an die Raumluft abgegeben haben)

Sie möchten natürlich auch diesmal das Wasser wieder wegbe-kommen. Also nehmen Sie den Lappen und wischen das Wasser auf. Und wieder tragen Sie zwei Mal Ihr volles Wassereimerchen nach draußen und kippen es aus. (Sie lüften das fünfte und sechste Mal)

Völlig ermattet von der Arbeit legen Sie sich ins Bett und träumen...
...wie es wäre, wenn Sie nicht jedes Mal das Wasser aufwischen und den Ofen heizen würden...es würde ein kleiner See in Ihrem Zimmer entstehen, es würde sich Glatteis bilden und Sie würden fürchterlich auf die Nase fallen....

Sorgen Sie deshalb in der kalten Jahreszeit für eine ausreichende Belüftung Ihrer Wohnung. 4 bis 6 Mal täglich darf es schon sein. **Ein kluger Mann gab mal den Rat: Nutzen Sie die Werbepausen beim Fernsehen nicht nur zum Bierholen, sondern auch mal zum Lüften.**