

Merkblatt



Richtiges Heizen und Lüften

Schenken Sie der Raum – und Wohnungslüftung erhöhte Aufmerksamkeit, besonders bei fugendichten Fenstern. Sie dient nicht nur dazu, verbrauchte Luft durch hygienisch einwandfreie zu ersetzen. **Eine wesentliche Aufgabe des Lüftens ist auch die Abführung von Wasserdampf, damit die relative Luftfeuchte keinesfalls die Behaglichkeitsgrenze und zugleich kritische Grenze für Kondensatbildung – 50 bis 60 % relative Luftfeuchte – übersteigt.** Die Raumluft wird bei Kochvorgängen, beim Geschirrspülen, Baden, Duschen und Waschen mit Wasserdampf angereichert.

Auch Zimmerpflanzen tragen zur Luftbefeuchtung bei, weil das meiste Gießwasser verdunstet. Der von der Luft zusätzlich aufgenommene Wasserdampf muss durch gezieltes und ausreichendes Lüften regelmäßig aus den Räumen nach außen abgeführt werden, wenn es nicht zu feuchten Flecken und zu Bauschäden kommen soll. Ein 0,5- bis 1,0 facher Luftwechsel pro Stunde ist allein aus hygienischen Gründen notwendig, damit die Schadstoff- und Geruchsbelastung der Luft zulässige Grenzwerte nicht überschreitet.

Lüften Sie bedarfsgerecht und dennoch energiebewusst. Dies gelingt am besten durch kurzes intensives Lüften. Sie sollten deshalb Fenster und Türen kurzfristig weit öffnen und nach Möglichkeit Durchzug schaffen. Nach etwa fünf bis zehn Minuten ist die verbrauchte, feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, die nach Erwärmung wieder zusätzlich Wasserdampf aufnehmen kann. Der Vorteil dieser Stoßlüftung ist, dass mit der verbrauchten Luft nur die darin enthaltene Wärme entweicht, während die in den Wänden und Einrichtungsgegenständen gespeicherten, viel größeren Wärmemengen im Raum bleiben und nach dem Schließen der Fenster mithilfe, die Frischluft schnell wieder auf die gewünschte Temperatur zu bringen.

Heizen Sie alle Räume ausreichend und vor allem möglichst kontinuierlich! Dies gilt auch für Räume, die Sie nicht ständig benutzen oder in denen Sie ein niedrigeres Temperaturniveau wünschen.

Unterbinden Sie die Luftzirkulation nicht. Das ist besonders wichtig an Außenwänden. Möbelstücke sollten deshalb mindestens 5 cm Abstand zur Wand haben, besonders solche auf geschlossenem Sockel.

Behindern Sie nicht die Wärmeabgabe der Heizkörper durch Verkleidungen, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel. Durch Wärmestau erhöhen sich die Wärmeverluste nach außen. Halten Sie die Türen zu weniger beheizten Räumen stets geschlossen. Die Temperierung dieser Räume ist Aufgabe des im Raum befindlichen Heizkörpers. Andernfalls dringt mit der wärmeren Luft aus Nebenräumen zu viel Feuchtigkeit ein, die beim Abkühlen der Luft dann zum Teil als Kondensat ausfällt.