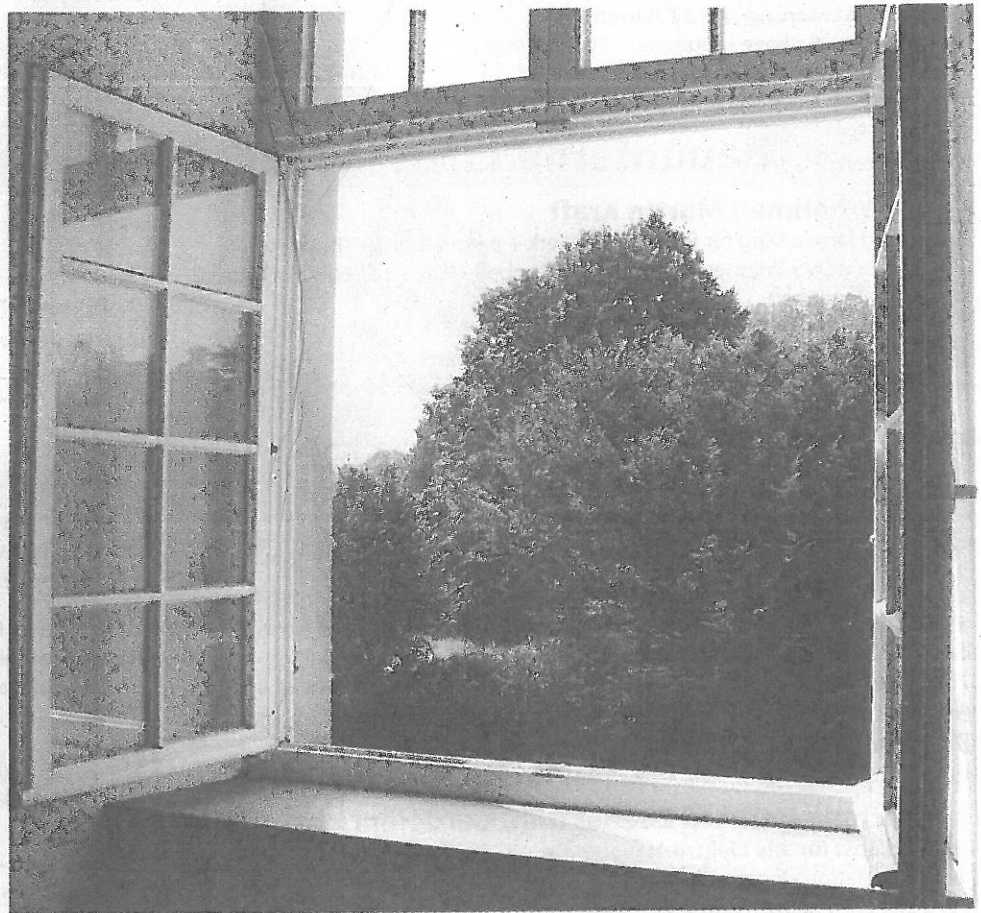


Gutes Klima dank Heizen & Lüften

So lässt es sich im Winter daheim sehr gut aushalten.

Wenn schon die Natur sich im Spätherbst und Winter von ihrer ungemütlichen Seite zeigt, ist es wichtig, zumindest in den eigenen vier Wänden für ein angenehmes Wohnklima zu sorgen. Dazu muss die Temperatur ebenso stimmen wie die Luftfeuchtigkeit. Ist es zu kalt, zu warm oder zu feucht in einem Raum, ist der Aufenthalt dort nicht nur unangenehm, sondern auch ungesund – insbesondere, wenn auch noch Schimmel hinzukommt. Der Schlüssel zur Lösung all dieser Probleme ist vergleichsweise einfach: richtig heizen und lüften. Wer an einem von beiden spart, spart an der falschen Stelle. Aber auch wer falsch lüftet oder heizt, kann eine Menge falsch machen. Wer hingegen einige grundlegende Regeln beachtet, sorgt für ein gesundes Raumklima und beugt aktiv Schimmel vor. Das ist nicht nur – bei den meisten Tipps zumindest – völlig kostenlos, sondern hilft dabei, in spürbarem Umfang Heizkosten zu sparen – von der Vermeidung teurer Schimmelsanierungen ganz zu schweigen.

Täglich acht Liter Feuchtigkeit
In einem durchschnittlichen Drei-Personen-Haushalt entstehen nach Untersuchungen der Deutschen Energieagentur (dena) pro Tag rund acht Liter Feuchtigkeit. Einer der



Richtig lüften: Fenster sollten dazu ganz geöffnet werden.

FOTO: THOMAS MAX MÜLLER/PIXELIO.DE

Ursprünge sind wir Menschen selbst, oder vielmehr unser Schweiß. Andere Feuchtigkeitsquellen sind Baden, Duschen, Kochen, Waschen, Wäschetrocknen, Pflanzen oder Aquarien. Holzmöbel und -böden helfen zwar bei der Feuchtigkeitsregulierung, aber ordentliches Lüften machen auch sie nicht überflüssig. Alle Räume, in denen sich tagsüber

oder nachts Menschen aufhalten, sollten häufig – mehrmals täglich – gelüftet werden, selten oder gar nicht benutzte Zimmer zumindest hin und wieder. Dazu müssen die Fenster (und am besten auch die Türen) für fünf bis zehn Minuten bei heruntergedrehtem Heizungsventil richtig geöffnet werden. So kühlen die Räume nicht aus und es

findet ein guter Luftaustausch statt. Achtung: Gut isolierte Häuser und Fenster erfordern häufigeres Lüften. Kein Ersatz sind dauerhaft oder vorübergehend gekippte Fenster. Das führt nur zu schlechtem Luftaustausch und ausgekühlten Räumen – und es kann zu Schimmel oberhalb der Fensteröffnung führen.

Generell sollte darauf geachtet werden, dass die Luftfeuchtigkeit nicht über 60 Prozent steigt. Das lässt sich mit einem Hygrometer messen. Um das Raumklima nicht zu feucht werden zu lassen, empfiehlt es sich, auf zu viele Pflanzen, eventuell auch auf das Aquarium und – falls möglich – auf das Wäschetrocknen in Wohn- und Schlafräumen zu verzichten. Nach dem Kochen, Duschen, Baden oder Wischen hilft ein sofortiges Lüften des jeweiligen Zimmers (in dem Fall bei geschlossenen Innentüren).

