

Wer richtig lüftet, spart Energie und lebt gesünder – Tipps für gutes Raumklima und energieeffizientes Lüften

Wer richtig lüftet, spart nicht nur Energie, sondern lebt auch gesünder. Schon mit ein paar einfachen Tricks lassen sich ein gutes Raumklima schaffen und die Bildung von Schimmel verhindern. Dauerhaft gekippte Fenster bei geöffneten Thermostatventilen sind die denkbar schlechteste Form des Lüftens. Sinnvoller ist immer eine intensive Stoßlüftung, um den Energieverbrauch nicht drastisch in die Höhe zu treiben. Empfehlenswert sind in der Heizperiode unterschiedliche Lüftungszeiten: Im tiefen Winter reichen mehrmals täglich vier bis sechs Minuten. Der Temperaturunterschied zwischen Innen und Außen ist in dieser Jahreszeit so hoch, dass durch die daraus resultierende Thermik die Raumluft sehr zügig ausgetauscht wird. Unterstützend wirkt immer die Querlüftung, also die Öffnung von gegenüberliegenden Fenstern. Vor und nach der klirrenden Kälte des Winters, wenn die Außentemperaturen zwar noch die Heizung fordern, der Temperaturunterschied zwischen Innen und Außen aber nicht mehr ganz so groß ist, sind zwölf bis 15 Minuten Fensteröffnen optimal.

Außerdem ist es ratsam, das Thermostatventil zu schließen, wenn man das Fenster öffnet. Nur so kann optimal Energie gespart werden. Anders würde die warme Heizungsluft direkt aus dem Fenster herausgelüftet. Was außerdem wichtig ist: In der Küche oder dem Bad, wo in kurzer Zeit viel Feuchtigkeit anfällt, ist eine intensive Fensterlüftung besonders wichtig. Feuchtigkeit sollte sofort, bevor sie sich in Gemäuer und Einrichtung einlagern kann, weggelüftet werden. Andernfalls muss ungleich länger gelüftet werden, um Schimmelbildung zu vermeiden.

Auch das Schlafzimmer nimmt ebenfalls eine Sonderstellung ein, denn Schlafen erzeugt Feuchte. Ist es im Gegensatz zur restlichen Wohnung zudem auch noch wenig temperiert, sollte durch Schließen der Zimmertür vermieden werden, dass die warme Luft aus der Wohnung in den kühlen Schlafraum gelangt. Die warme und damit relativ feuchte Luft würde die Feuchte-Situation nochmals verschärfen.

Aufschluss über das Raumklima und die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung können die kostenlosen Raumklimakarten des Fachdienstes Umwelt geben. In der Broschüre des Fachdienstes Umwelt „Tipps zum Lüften und Heizen“ gibt es viele Anregungen zum Thema sowie zur Vermeidung von Schimmelpilzen. Die Raumklimakarten und die Broschüre sind kostenfrei erhältlich bei Monika Meves; Telefon (02191) 16 – 33 13 und E-Mail umweltamt@remscheid.de.

Im Internetportal ALTBAUNEU gibt es unter www.alt-bau-neu.de/remscheid neben Informationen zur Gebäudemodernisierung und Wärmenutzung in Altbauten auch umfassendes zu Fragen des Raumklimas.