



Tipps zum richtigen Heizen und Lüften

Hauptfaktoren für die Behaglichkeit in Innenräumen sind die Raumlufttemperatur und die relative Luftfeuchtigkeit. Liegen für diese beiden Faktoren die Werte in den nachfolgend aufgeführten Bandbreiten, so wird das Raumklima allgemein als behaglich empfunden.

- **Raumlufttemperatur** 19 - 22 ° C
- **relative Luftfeuchtigkeit** 60 - 40 %rF

Wie sollte sich ein Wohnungsnutzer nun verhalten, um einerseits Feuchtigkeitschäden zu vermeiden und andererseits mit möglichst geringen Heizkosten ein behagliches Raumklima zu schaffen?

Dazu einige nützliche Tipps:

- **Alle Räume sollten ausreichend beheizt werden**, auch solche Räume, die nicht ständig benutzt oder in denen etwas niedrigere Temperaturen bevorzugt werden. Dabei sollte eine Raumlufttemperatur von etwa 18 °C nicht unterschritten werden.
- **Die Wärmeabgabe von Heizkörpern sollte nicht behindert werden**, z.B. durch Möbel oder lange Vorhänge.
- **Die Türen zu weniger beheizten Räumen sollten nach Möglichkeit geschlossen bleiben**. Anderenfalls dringt mit der wärmeren Luft aus anderen Räumen zuviel Feuchtigkeit ein, die sich dann an kalten Außenwänden niederschlagen kann.
- **Luftzirkulation in den Räumen nicht behindern**. Auch in der abgelegendsten Raumecke muß eine ausreichende Luftzirkulation gewährleistet sein. Dadurch wird die Wandoberflächentemperatur erhöht und eine Kondensation von Feuchtigkeit vermieden. Möbelstücke, insbesondere solche mit geschlossenem Sockel, müssen daher in einem ausreichenden Abstand zur Wand (mindestens 5 cm) stehen.
- **Zusätzliche Luftbefeuchtung sollte vermieden werden**. Zusätzliche Luftbefeuchtung erhöht die Feuchtigkeit im Raum und damit wird die Gefahr des Feuchtigkeitsniederschlags noch größer.

- **Der Raumlufterneuerung ist besondere Aufmerksamkeit zu widmen** (im Interesse gesunder raumklimatischer Verhältnisse und zum Schutze des Baukörpers). Der Luftaustausch dient nicht nur dem Ersatz verbrauchter Luft, sondern auch zur Abführung von Feuchtigkeit. Die gesamte Raumluft sollte mindestens 1 mal pro Stunde ausgewechselt werden.
- **Der erforderliche Durchlüftungsvorgang ist möglichst kurz zu halten**, da hierbei zwangsläufig Heizenergie verloren geht. Deshalb sollten Fenster und Türen weit geöffnet und die Möglichkeit zum Durchzug geschaffen werden. Nach etwa 3 bis 10 Minuten ist dann die verbrauchte feuchte Raumluft durch kältere Außenluft ersetzt, die nach der Erwärmung auf das Niveau der Raumtemperatur wieder zusätzliche Feuchtigkeit aufnehmen kann. Dieser Lüftungsvorgang sollte in Wohnräumen mindestens 3 mal täglich wiederholt werden. In ständig genutzten Räumen, mit hoher Personenzahl, muß die Lüftungsmaßnahme etwa stündlich erfolgen.
- **Jedes Dauerlüften, z.B. durch Kippen des Fensters, sollte während der Heizperiode unterbleiben**. Ständiges Lüften ist für den erforderlichen Luftaustausch nutzlos und führt zur energieverschwendenden Auskühlung der Wände.
- **Freigesetzte größere Dampfmengen sollten sofort nach außen abgeführt werden**. So sollte z.B. der beim Duschen oder Kochen entstandene Dampf daran gehindert werden, sich über offene Türen in der gesamten Wohnung zu verteilen.

Neben der Raumlufttemperatur und der Raumluftfeuchte wird das Raumklima maßgeblich von der Oberflächentemperatur der raumumgebenden Bauteile bestimmt.

Die Temperatur der raumseitigen Oberflächen sollte nicht mehr als 2 °C unter der Raumtemperatur liegen. Kühlt warme, feuchte Luft (z.B. 22 °C und 65 % rF) an kälteren Oberflächen ab (z.B. Fensterlaibungen bei Kippstellung), können durch den Anstieg der Feuchtigkeits-Sättigung (z.B. 18 °C und 83 % rF) lokal begrenzte Klimaverhältnisse entstehen, die Schimmelpilzwachstum zulassen (ab 70 % rF), ohne daß Tauwasserniederschlag vorhanden ist.