



Breite Str. 30  
41460 Neuss  
Postfach 100913  
41409 Neuss  
Tel: 02131/7406-0  
Fax: 02131/7406-29

# MERKBLATT

## Artikel „Richtig heizen und lüften - gesund wohnen“

Es ist jedes Jahr dasselbe Problem: Während der Heizperiode beschwerten sich Mieter häufig über Feuchtigkeit und Schimmelbildung in ihrer Wohnung. Nicht nur bei Altbauten, sondern gerade bei mit z.B. neuen Fenstern modernisierten Wohnungen. Vielfach ist nicht die Bausubstanz schuld, sondern ein falsches Wohnverhalten. Verursacht werden die Probleme sehr oft durch den Versuch, Heizkosten zu sparen, und mangelnde Erfahrung, wie richtig zu lüften ist. Um dieses Problem zu vermeiden, helfen ein paar einfache Erkenntnisse.

Wo Mensch und (Haus-) Tier sich aufhalten, bildet sich immer Feuchtigkeit. Alleine durch das Atmen wird viel Feuchtigkeit erzeugt. Diese Feuchtigkeit muss von der Raumluft aufgenommen und bis zum nächsten Lüften gespeichert werden. Nur warme Luft kann aber ausreichend Feuchtigkeit aufnehmen. Bei einer Raumtemperatur von unter 18° C ist eine nennenswerte Feuchtigkeitsspeicherung der Raumluft nicht möglich. Daher ist es notwendig, alle Räume auf die Mindesttemperatur von 18° C zu heizen.

Feuchtigkeit setzt sich dort ab, wo warme Luft auf kalte Flächen trifft. Achten Sie daher darauf, dass die Wände nicht auskühlen. Das kontinuierliche Heizen hält die Wände auf einer gleichbleibenden Temperatur. Richtiges Lüften - wie nachfolgend beschrieben -, bringt nur die (mit Feuchtigkeit angereicherte) Raumluft aus dem Gebäude, kühlt jedoch die Wände nicht aus. Nur das kontinuierliche Heizen sorgt für geringen Energieverlust, denn das Aufheizen ausgekühlter Wände kostet viel Energie. Wer morgens seine Heizung abdreht und abends erst wieder voll aufheizt verschwendet mehr Energie, als derjenige, der für eine gleichbleibende Temperatur in der Wohnung sorgt. Damit die Räume gleichmäßig warm werden können ist ein Grundsatz ganz wichtig: Sorgen Sie für Luftzirkulationen, besonders an den Außenwänden! Möbel sollten deshalb mindestens 5, besser 10 cm Abstand zur Wand haben, besonders solche auf geschlossenem Sockel. Ohne Luftbewegungen bilden sich kalte Wandzonen, an denen sich Wasserkondensat bildet - der beste Nährboden für Schimmelbildung. Sicherlich hat fast jeder schon einmal eine verschimmelte Schrankrückwand gesehen, während sonst an der Wand keinerlei Feuchtigkeit erkennbar war. Behindern Sie nicht die Wärmeabgabe der Heizkörper durch Verkleidungen, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel. Durch Wärmestau erhöhen sich die Wärmeverluste nach aussen. Wird Ihre Wärme durch Heizkostenverteiler erfasst, versuchen Sie so auch einen etwa 10 bis 20 % zu hohen Verbrauchsanteil, weil die Heizkostenverteiler die verringerte Wärmeabgabe nicht berücksichtigen können. Halten Sie die Türen zu weniger beheizten Räumen stets geschlossen. Die Temperierung dieser Räume ist Aufgabe des im Raum befindlichen Heizkörpers.

.../2

Matheisen Immobilien & Verwaltungen GmbH  
Handelsregister Neuss – HRB 12397; Geschäftsführer: Karl-Josef Matheisen  
Sitz: Breite Straße 30 - 41460 Neuss  
U.St.-Nr. 125/5712/2519  
eMail: [info@matheisen.com](mailto:info@matheisen.com)

## **Seite 2 zum Artikel „Richtig heizen und lüften - gesund wohnen**

Andernfalls dringt mit der wärmeren Luft aus den Nebenräumen zu viel Feuchtigkeit ein, die beim Abkühlen der Luft dann zum Teil als Kondensat ausfällt. Demgegenüber bringt die Lufterwärmung im Raum ein Absenken der relativen Luftfeuchte, d.h. die Wasseraufnahmefähigkeit der Luft wird in diesem Fall vergrößert. Schenken Sie der Raum- und Wohnungslüftung besondere Aufmerksamkeit, besonders bei fugendichten Fenstern. Sie dient nicht nur dazu, verbrauchte Luft durch hygienisch einwandfreie zu ersetzen. Eine wesentliche Aufgabe des Lüftens ist die Abführung von Wasserdampf, damit die relative Luftfeuchte keinesfalls die Behaglichkeitsgrenze und zugleich kritische Grenze für Kondensatbildung - bei über 60 % relativer Luftfeuchte - übersteigt. Die abzuführende Wasserdampfmenge beträgt je nach Wohnungsgröße und Intensität der Nutzung 10 bis 30 Liter pro Tag.

Bei offenen Feuerstellen in der Wohnung muss sichergestellt sein, dass auch die Verbrennungsluft kontinuierlich ersetzt wird. Dies kann z.B. geschehen durch einen sogenannten Luftverbund zwischen mehreren Räumen. Die entsprechenden Öffnungen in den Innenwandteilen bzw. Türen dürfen aus Sicherheitsgründen keinesfalls verschlossen werden! Bei Feuerstätten mit geschlossener Brennkammer wird die Verbrennungsluft über Kbanäle zur Brennkammer herangeführt. Ein Austausch mit der Raumluft findet in diesem Fall nicht statt.

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 5 - 10 Minuten ist die verbrauchte feuchte Raumluft durch trockene Frischluft ersetzt, die nach Erwärmung wieder zusätzlichen 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 mithelfen, die Frischluft schnell wieder auf die gewünschte Temperatur zu bringen. Diese „Stoßlüftung“ sollte bei Anwesenheit in der Wohnung je nach Raumnutzung mehrmals täglich wiederholt werden.

Vermeiden Sie das Dauerlüften insbesondere Durch z.B. dauerhaft gekippte Fenster (Spaltlüftung) während der Heizperiode. Offene oder gekippte Fensterflügel verursachen ein Mehrfaches an Wärmeverlusten gegenüber einer gezielten „Stoßlüftung“. Schließen Sie beim Lüften die Heizkörperventile bzw. drehen Sie die Raumthermostate zurück. Aber Vorsicht bei Frost! Ein Abdrehen der Heizkörper darf nur bei einer kurzen Stoßlüftung erfolgen, sonst besteht die Gefahr, dass das Heizwasser im Heizkörper einfriert und der Heizkörper platzt. Bei Thermostatventilen, deren eingebaute Frostschutzsicherung das Ventil bei etwa 5° C auch in der kleinsten Stellung sofort automatisch öffnen würde, empfiehlt es sich, den im Ventilkopf befindlichen Fühler bei niedrigeren Außentemperaturen für die Dauer des Lüftens durch ein aufgelegtes Tuch von der einströmenden Frischluft abzuschirmen.

Größere Wasserdampfmenen, die in einzelnen Räumen, z.B. beim Kochen oder Duschen entstehen, sollten durch gezieltes Lüften der betreffenden Räume sofort nach außen abgeführt werden. Die Türen sollten während dieser Vorgänge möglichst geschlossen bleiben, damit sich der Wasserdampf nicht in der gesamten Wohnung ausbreiten kann.

Trocknen Sie keine Wäsche in der Wohnung, wenn es dafür entsprechende Räume im Keller gibt. Sorgen Sie dafür, dass möglichst auch während Ihres Urlaubs ein Nachbar regelmäßig durchgelüftet und im Winter die Raumtemperatur von ca. 19° C nicht unterschritten wird.

**Für ein behagliches Raumklima gilt der Leitsatz: Richtig heizen und Lüften - gesund wohnen.**