










-  Da Fenster und raumumfassende Bauteile heute dichter geworden sind, müssen neue Lüftungsgewohnheiten mit bauphysikalischer Einsicht antrainiert werden.
-  Zur kontrollierten Lüftung empfehlen wir die Anschaffung eines Hygro- und Thermometers. Bei einer Raumlufttemperatur von 20° C ist im Winter die relative Feuchte von 35 – 50 % anzustreben.
-  Heizen Sie **alle** Räume ausreichend und vor allem möglichst kontinuierlich!  
Dies gilt auch für die 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 (besser 10 cm)** Abstand zur Wand haben, insbesondere 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.
-  Schenken Sie der Raum- und Wohnungslüftung besondere Aufmerksamkeit,  
sie dient nicht nur dazu, verbrauchte Luft durch hygienisch einwandfreie Luft 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.



- ✚ Größere Wasserdampfmengen, die in einzelnen Räumen, z.B. Beim Kochen oder Duschen, entstehen, sollten durch gezieltes Lüften der betreffenden Räume sofort nach außen abgeführt werden.
- ✚ Lüften Sie bedarfsgerecht und dennoch energiebewusst. Dabei geht zwar etwas Heizenergie verloren, dies muss jedoch im Interesse gesunder raumklimatischer Verhältnisse und zur Vermeidung von Feuchteschäden hingenommen werden. Es ist wichtig, diesen Verlust so gering wie möglich zu halten. 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 bis 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 mehrmals täglich wiederholt werden
- ✚ Jedes ausgekühlte Teil eines Gebäudes oder der Einrichtungsgegenstände benötigt ein Vielfaches der Energiemenge, die die Raumluft zur Wiedererwärmung braucht. Ausgekühlte Flächen durchfeuchten und verlieren an Isolierfähigkeit.
- ✚ Schon 4 % Wandfeuchte bewirken bei einer Ziegelwand eine um 50 % verringerte Wärmedämmung.
- ✚ Fenster in Dauerlüftungsstellung sind Energiefresser !
- ✚ Längeres Lüften entzieht den Wänden gespeicherte Wärme.