

RAUMKLIMA

Richtiges Lüften

Die Luftfeuchtigkeit in einer Wohnung sollte im Winter idealerweise zwischen 30 und 50 % liegen. Die relative Luftfeuchtigkeit lässt sich einfach mit einem Hygrometer messen. In einer normal beheizten Wohnung sollte die Luftfeuchtigkeit kein Problem darstellen. Der Wasserdampf, welcher beim Duschen, Baden, Kochen, durch Zimmerpflanzen sowie abgegebene Atemluft entsteht, reicht für eine genügende Luftfeuchtigkeit aus.

Wenn es zu trocken ist

Trockene Luft entsteht nur in überheizten Wohnungen.

Verschiedene Massnahmen können hier helfen:

- Eine Reduktion der Raumtemperatur auf die empfohlenen Werte verbessert das Raumklima
- *Gezieltes Stosslüften 5 – 10 Minuten* mindestens zwei Mal pro Tag ist unerlässlich
- Feuchte Aussenluft kann die Luftfeuchtigkeit in den Räumen nicht erhöhen, denn Kaltluft nimmt weniger Wasser auf als warme Zimmerluft. Je mehr gelüftet wird, desto trockener wird daher die Raumluft. Kaltluft erreicht mit wenig Wasserdampf eine hohe relative Feuchtigkeit, Warmluft braucht viel Wasserdampf für eine hohe relative Luftfeuchtigkeit.
Beispiel: Im Winter ist die Aussentemperatur 2 Grad. Die Luft hat dann häufig eine relative Luftfeuchtigkeit von 80%, das sind gut 3 Gramm Wasser pro Kubikmeter Luft. Wird diese Luft im Inneren auf 20 Grad erwärmt, genügen 3 Gramm Wasser pro m³ Luft um noch für eine relative Luftfeuchtigkeit von knapp 25%, das heisst die Luft trocknet aus.
- Ein reiner Luftbefeuchter ist nur in Ausnahmefällen nötig! Er sollte immer mit einem Hygrostaten (Feuchtigkeitsregler) ausgerüstet sein, der die Luftfeuchtigkeit durch Ein- und Ausschalten des Befeuchters reguliert. Den Hygrostaten auf maximal 45% Luftfeuchtigkeit einstellen!

Wenn es zu feucht ist

Ist die Luftfeuchtigkeit in den Räumen dauernd zu hoch, entsteht an Stellen mit tiefer Oberflächentemperatur (oft am Innenfenster) Kondenswasser, was auch zu Schäden am Gebäude und an der Inneneinrichtung führen kann. Dabei wird in der Regel auch das *Wachstum von Pilzen und Mikroorganismen* gefördert. Exponierte Stellen, wie schlecht isolierte Aussenwände, Fenster, Ecken, Kanten oder sogenannte „Kältebrücken“ (Orte, an denen z.B. Balkonplatte und Geschossdecke direkt miteinander verbunden sind) sind besonders gefährdet. In solchen Fällen ist es wichtig, bestehende Feuchtigkeitsquellen zu kontrollieren und feuchte Luft gezielt abzuführen:

- Kochen mit Deckel oder Dampfkochtopf, Dampfabzug kurzzeitig einschalten
- Nach dem Duschen und Baden kräftig lüften, Badezimmertüre erst danach öffnen
- Keine Wäsche in der Wohnung trocknen
- Regelmässig Querlüften 5 – 10 Minuten ist unerlässlich
- Keine Schränke direkt an die Aussenwand, oder ansonsten mindestens einen Freiraum, zwischen Möbelerückwand und Wand, zwecks Hinterlüftung von 5 cm bestehen lassen.