

## Richtiges Lüften

### 1. Erste Grundregel für richtiges Lüften: Oft – kurz – kräftig

Langandauerndes kräftiges Lüften ist nicht ratsam, sondern es erhöht durch Abkühlen nur den Wärmeverlust des Raumes. Kurzes Stoßlüften dagegen ist empfehlenswert.

Wenn die Möglichkeit besteht, sollte insbesondere in den Monaten von September bis April je nach Außenwitterung alle 2 bis 3 Stunden stoßgelüftet (Drehflügel weit auf) oder quergelüftet (gegenüberliegende Fenster weit auf) werden.

Trockene, kalte Außenluft kann nach der Erwärmung auf Zimmertemperatur Feuchtigkeit aus dem Raum aufnehmen, die beim nächsten Lüftungsvorgang wieder abtransportiert wird.

Gegen eine Lüftung durch „auf Kipp“ gestellte Fenster ist während der Sommermonate nichts einzuwenden.

### 2. Komponenten des Raumklimas

Grundregeln für	Ess-, Wohn- und Kinderzimmer	Schlafzimmer	Bad	Küche
Lufttemperatur	20° C	14° C	22° C	20° C
Relative Luftfeuchte	40-60 %	45-65 %	60-80 %	50-70 %

### 3. Scheinproblem „Trockene Luft“

Viele Menschen setzen Gegenmaßnahmen ein, weil die Luft angeblich im Raum zu trocken ist, aber im Normalfall ist die (vom Laien nicht messbare) Schadstoffbelastung der Raumluft und nicht die von jedermann messbare, angeblich trockene Raumluft schuld.

Die Wirkung von Heizungsverdunstern ist praktisch unbedeutend.

*Merke: Wir brauchen frische Außenluft und keinen künstlichen Duft, der das Raumluftproblem nur verschlechtert und nicht beseitigt.*

### 4. Sonderproblem Keller

Kellerwände sind wegen fehlender Isolierung des Mauerwerks meistens kalt. Deshalb entsteht in den Sommermonaten dort Kondenswasser, was zwangsläufig zu Schimmelbefall führt.

*Abhilfemaßnahmen: Kellerwände nicht zustellen und nur in Ausnahmefällen oder kurzzeitig Kartons, Kleider, Ledermaterial, Matratzen oder ähnliches lagern.*