



Frick Verwaltungen AG
Bubenbergplatz 5
CH-3011 Bern

Tel: +41 (0)31 311 02 03
Fax: +41 (0)31 328 20 09

office@frick-verwaltungen.ch
www.frick-verwaltungen.ch

Richtig lüften – gesund wohnen

Während der kalten Jahreszeit tauchen immer wieder Probleme auf mit zu hoher Luftfeuchtigkeit. Zu hohe Luftfeuchtigkeit äussert sich vielfach durch Bildung von Kondenswasser an den Fensterscheiben. Ist die Luftfeuchtigkeit in Räumen dauernd zu hoch, so können Gebäude und Mobiliar Schaden nehmen. Zudem ist eine anhaltend zu hohe Luftfeuchtigkeit ungesund. Mit richtigem Lüften lassen sich diese Probleme meistens vermeiden.

Die Raumluft enthält einen gewissen Anteil an Wasserdampf. Wie viel Wasserdampf die Luft aufnehmen kann, hängt von der Temperatur ab. Bei 20 Grad Celsius beispielsweise kann ein Kubikmeter Luft rund 18 Gramm Wasser aufnehmen. Was über diese Menge hinausgeht, übersteigt die Speicherfähigkeit der Luft und schlägt sich auf den kalten Flächen der Umgebung in Form von Kondenswasser nieder. Bekannt ist in diesem Zusammenhang vor allem das Beschlagen von Spiegeln oder Fenstern.

In Wohnräumen entsteht Wasserdampf vor allem beim Baden, Duschen oder Kochen. Aber auch Menschen und Tiere, Zimmerpflanzen oder Verdunstungs-Gefässe geben Wasser in der Raumluft ab. Oft ist man sich nicht bewusst, dass überschüssiges Wasser in der Raumluft nicht nur an Fenstern oder Spiegeln, wo es besonders gut sichtbar ist, sondern auch an Wänden oder Möbeln niederschlägt. In dauernd zu feuchten Räumen können sich dadurch in Zimmerecken, an Fensterrahmen oder an Decken Schimmelpilze bilden.

Wenn sich an Fensterscheiben Kondenswasser niederschlägt, so ist die Luftfeuchtigkeit in den Räumen zu hoch. Meistens ist dies ein Hinweis darauf, dass der Raum falsch oder zu wenig gelüftet wird. Daneben spielen die aus Energiespargründen heute stark abgedichteten Gebäudehüllen eine Rolle. Meist ist diese Ursache aber kombiniert mit dem Fehlverhalten der Benutzer. Fehlt in einer Wohnung eine aussergewöhnliche Feuchtigkeitsquelle, so kann das Auftreten von Kondenswasser mit zu stark abgekühlten Bauteilen zu tun haben. Dies mag seine Ursache in Baumängeln oder aber in zu starkem Lüften haben, das die Bauteile ebenfalls auskühlt. Besonders gefährdet sind kalte Aussenwände schlecht oder gar nicht isolierten Bauten, insbesondere dann, wenn sie durch Möbel verstellt sind.

Auch bei Regen, Nebel oder Schnee müssen die Räume regelmässig gelüftet werden. Die Angst, dass durch das Eindringen feuchter Luft die Feuchtigkeit in der Wohnung erhöht wird, ist unbegründet: Die kalte Aussenluft kann aus physikalischen Gründen weniger Wasser aufnehmen als die warme Innenluft. Wer in der kalten Jahreszeit zu wenig lüftet riskiert, dass sich an Fenstern und Wänden Kondenswasser bildet und erleichtert damit die Ansiedlung von ungesunden Schimmelpilzen und Bauschäden.

Richtig lüften

- Täglich 2-4 mal während 5 bis 10 Minuten Fenster vollständig öffnen;
- kein Dauerlüften durch Kippfenster;
- falls Fenster auf der Innenseite anlaufen, sofort kräftig und ausdauernd lüften;
- alle Zimmer möglichst gleichmässig beheizen;
- auch in wenig benutzten Räumen die Radiatoren nicht ganz abstellen;
- nach dem Duschen und Baden kräftig lüften. Badezimmer erst nach dem Lüften wieder öffnen;
- keine Wäsche in der Wohnung trocknen.