

Schimmel vermeiden! Richtig lüften – richtig heizen!

Vor allem in der kalten Jahreszeit ist richtiges Heizen und Lüften wichtig, um Heizkosten zu senken und Schimmel in der Wohnung zu vermeiden.

Richtiges Heizen und Lüften spart nicht nur Geld, sondern trägt auch zu einem gesunden Raumklima und somit zur Vermeidung von Schimmelpilzen bei. Schimmel kann infolge zu geringer Raumtemperatur und nicht ausreichender Frischluftzufuhr entstehen. Kann die Luft nicht genügend Feuchtigkeit aufnehmen, kommt es zu Kondensation und zu Nässe im Wohnbereich.

1. Richtig lüften gegen Schimmel

- Lüften Sie Ihr Schlafzimmer, auch wenn Sie kein Hygrometer besitzen und somit die Raumluftfeuchte nicht feststellen können, immer direkt nach dem Aufstehen und kurz vor dem Zubettgehen. Auf diese Weise halten Sie die Luftfeuchte am Abend gering, so dass das Ansteigen des Feuchtigkeitsgehaltes über Nacht nicht zu einer überhöhten Raumluftfeuchtigkeit führt. Am Morgen lassen Sie durch das erneute Lüften die überschüssige Feuchtigkeit nach außen entweichen und beugen so im Schlafzimmer einer überhöhten Raumfeuchte mit Schimmelpilzbildung vor.
- Denken Sie daran, dass auch beim Bügeln und beim Wäschetrocknen Feuchtigkeit an die Luft abgegeben wird. Lüften Sie daher stets im Anschluss an diese Arbeiten.

2. Richtig lüften gegen Schimmel im Winter

Weil niemand im Winter die warme Luft gerne nach draußen lässt und mit kühler, trockener Winterluft austauscht, entwickelt sich in den Wohn- und Schlafräumen oft eine zu hohe Raumfeuchte, die der Schimmelbildung Vorschub leistet. Beachten Sie bitte folgende Hinweise:

- Lüften Sie mehrmals am Tag aber nur für kurze Zeit. Auf diese Weise laufen Sie nicht Gefahr, dass Ihr Zimmer allzu sehr auskühlt, und erlangen dennoch einen optimalen Luftaustausch.
- Kontrollieren Sie mithilfe des Hygrometers regelmäßig Ihre Raumluftfeuchte, um eine Schimmelbildung durch zu hohe Luftfeuchte zu vermeiden.
- Schalten Sie vor dem Lüften die Heizung ab. Dadurch sparen Sie Energie, was sowohl Ihrem Geldbeutel, wie auch der Umwelt zu Gute kommt.

- Öffnen Sie dann die Fenster sperrangelweit, um möglichst viel frische, trockene Außenluft einzulassen und die warme, feuchtigkeitsgeladene Raumluft zu entfernen. Wenn es möglich ist, lüften Sie quer. Das heißt, Sie öffnen die Fenster gegenüberliegender Räume gleichzeitig und lassen auch die Türen offenstehen. Dadurch entsteht ein Durchzug. Die warme Luft wird schneller nach draußen befördert und die trockene Luft kann rascher eindringen.
- Lüften Sie im Winter nicht länger als 5 bis 10 Minuten, damit die Räume nicht zu viel Wärme verlieren.
- Schließen Sie anschließend die Fenster wieder vollständig und stellen die Heizung wieder auf die gewünschte Temperatur.

3. Richtig lüften gegen Schimmel im Sommer

Schimmel entsteht nicht nur im Winter; auch im Sommer sind Sie vor der Schimmelbildung nicht gefeit. Besonders im Schlafzimmer kann sich bei falschem Lüftungsverhalten der gefürchtete Pilz rasch entwickeln. Gehen Sie im Sommer daher beim Lüften folgendermaßen vor:

- Messen Sie mithilfe eines Hygrometers regelmäßig den Raumluftfeuchtigkeitsgehalt. Außerdem sollten sie mit einem zweiten Hygrometer, das Sie im Freien anbringen, auch den Feuchtigkeitsgehalt der Außenluft im Blick behalten.
- Wenn die Außenluft weniger Luftfeuchte enthält, als die Zimmerluft, können Sie lüften. Das ist in den heißen Sommermonaten in der Regel am frühen Morgen und am späten Abend der Fall.
- Öffnen Sie dann ihre Fenster, soweit es geht. Im Idealfall schaffen Sie einen Durchzug, indem Sie zwei gegenüberliegende Fenster gleichzeitig öffnen. Auf diese Weise geht der Luftaustausch am schnellsten und am effektivsten vonstatten.
- Lassen Sie ihre Fenster für 20 bis 30 Minuten offenstehen, damit der Luftaustausch möglichst gründlich und umfangreich erfolgen kann.

