

Lüften im Winter

Stoßlüften mit weit geöffneten Fenstern – So lüften Sie richtig und vermeiden Schimmel in Wohnräumen

Wenn sich an Wänden und rund um die Fenster schwarze Schimmelspuren bilden, ist das Raumklima zu feucht. Die Ursache kann in baulichen Mängeln liegen, und dann können auch nur bauliche Veränderungen das Problem nachhaltig beseitigen. Häufig werden jedoch insbesondere im Winter durch falsches oder ungenügendes Lüften und Heizen die Bedingungen für das Schimmelpilzwachstum geschaffen, weil sich dadurch an kalten Oberflächen Kondenswasser niederschlagen kann.



Ein Hygrometer, immer mal ein Blick zur Kontrolle, und wir wohnen im Wohlfühlbereich. Foto: Gerd Warda, Wohnungswirtschaft-heute.de

Relative Luftfeuchtigkeit im Winter bei angenehmen Wohntemperaturen zwischen 50 und 60 Prozent

Um das zu vermeiden, sollte man die relative Luftfeuchtigkeit im Auge behalten. „Am besten wäre es, in jedem Raum ein Hygrometer zu haben“, empfiehlt Dr. Hans-Hermann Drews vom Institut für Schadenverhütung und Schadenforschung (IFS). Die relative Luftfeuchtigkeit gibt an, zu welchem Anteil die Luft mit Wasser gesättigt ist. Sie wird aus der absoluten Feuchtigkeitsmenge pro Kubikmeter und der Temperatur berechnet. Denn wieviel Wasser die Luft aufnehmen kann ohne Nebeltröpfchen zu bilden, hängt stark davon ab, wie warm sie ist. „Als Richtwert sollte man darauf achten, dass die relative Luftfeuchtigkeit im Winter bei angenehmen Wohntemperaturen zwischen 50 und 60 Prozent liegt“, erklärt der IFS-Geschäftsführer. Der Wert sollte auf jeden Fall immer deutlich unter 70 Prozent bleiben.

Wenn die relative Luftfeuchtigkeit zu hoch ist, kann an kalten Oberflächen wie Außenwänden oder Fenstern der Taupunkt erreicht werden. Das ist die Temperatur, bei der die Luft zu 100 Prozent gesättigt ist und die Feuchtigkeit kondensiert. Um den Wert zu regulieren, gibt es zwei Stellschrauben, an denen man drehen kann: die Wassermenge und die Temperatur.

Kalte Luft kann viel weniger Wasser aufnehmen

Beim Lüften strömt feuchte Raumluft raus und trockenere Außenluft ins Zimmer. Das gelingt am besten mit Entschlossenheit: „Stoßlüften mit weit geöffneten Fenstern ist wesentlich effektiver, als die Fenster dauerhaft zu kippen“, weiß Drews. Übrigens enthält die kalte Winterluft selbst an verregneten Tagen mit hoher relativer Luftfeuchtigkeit weniger Feuchtigkeit als die warme Raumluft, weil die kalte Luft viel weniger Wasser aufnehmen kann. Werden die Fenster wieder geschlossen, erwärmt sich die Luft, kann mehr Wasser aufnehmen, und die relative Luftfeuchtigkeit sinkt weiter ab. „Um diesen Effekt zu unterstützen, ist es allerdings wichtig, die Räume nicht nur zu lüften, sondern anschließend auch ausreichend zu beheizen“, sagt der Chemiker.

Bei einem Drei-Personen-Haushalt addiert sich all das durchschnittlich auf zwölf Liter pro Tag

Feuchtigkeitseintrag von vornherein zu vermeiden, ist keine Alternative. Schon durch unser normales Wohnverhalten treiben wir die Luftfeuchtigkeit in die Höhe. Zum Beispiel beim Duschen, Kochen, Wäsche waschen und -trockner gelangt Wasser in die Raumluft. Dafür genügt sogar unsere bloße Anwesenheit: Ein schlafender Mensch gibt über den Atem und die Körperoberfläche etwa 30 Gramm Wasser pro Stunde an die Umgebung ab. Wenn er sich bewegt, steigt die Menge. Je mehr Menschen sich in einem Raum aufhalten, desto mehr Wasser in Form von Wasserdampf gelangt in die Raumluft. Bei einem Drei-Personen-Haushalt addiert sich all das durchschnittlich auf zwölf Liter pro Tag.

Wer gern kühl schläft und darum das Schlafzimmer nur wenig beheizt, sollte die Schlafzimmertür tagsüber geschlossen halten, um den Luftaustausch mit den anderen Wohnräumen zu reduzieren. Ein bisschen Wärme braucht allerdings auch das tagsüber ungenutzte Schlafzimmer, damit die Wände nicht zu sehr auskühlen. Um eine gute Luftzirkulation zu ermöglichen, sollten Möbel außerdem immer etwas von den Wänden abgerückt aufgestellt werden. Das betrifft alle Räume und insbesondere die Außenwände, die zwangsläufig immer etwas kälter sind.

Ina Schmiedeberg

Institut für Schadenverhütung und Schadenforschung e. V.