

Merkblatt richtig Lüften (Stand 2021)

Richtiges Lüften (Stößlüften) spart Energie, ist Hygienisch und vermeidet Feuchtigkeitsschäden und Schimmel in Wohnräumen

Das Problem / Ursache	Raumluft enthält immer einen gewissen Anteil an meist unsichtbaren Wasserdampf. Je kälter die Luft ist, desto weniger Wasserdampf kann sie aufnehmen. Wird die Luft abgekühlt, scheidet sie Wasserdampf aus, der sich vor allem an kalten Bauteilen wie bspw. Fensterscheiben niederschlägt. Eine weitere Ursache für Kondensatbildung ist die Anreicherung der Raumluft mit Feuchtigkeit. Wasserdampf aus der Küche und Bad, aber auch Pflanzen und der Mensch selber geben Feuchtigkeit an die Raumluft ab. Reichert sich die Raumluft mit Feuchtigkeit an, bildet sich Kondenswasser. Eine solche Kondenswasserbildung darf nicht unterschätzt werden.
Mögliche Folgen	Mangelndes Lüften kann zu Kondenswasserbildung in der Wohnung führen. Daraus können sich zum Beispiel folgende Schäden bilden: <ul style="list-style-type: none">• Schimmelpilzbefall an Fensterteilen• Fleckenbildung an Fenstern• Schimmel an Fugenmaterial Mit neuen dichten Fenstern erhöht sich die Raumfeuchtigkeit drastisch. Deshalb ist richtiges Lüften umso wichtiger.
Richtiges lüften	Bedeutet, die Fenster 3 – 5 mal pro Tag während circa 5 Minuten ganz zu öffnen (Stößlüften/Querlüften). Kippstellung ist wirkungslos und verschwendet Heizenergie. Zu langes lüften kühlt die Wände unnötig aus und fördert die Bildung von Schimmelpilz. Feuchte Raumluft sollte nicht in andere Räume, sondern direkt nach aussen geleitet werden. Wenn möglich, gleich morgens nach dem Aufstehen lüften. Dann ist die Feuchtigkeit noch nicht so stark in die Wände und Möbel eingedrungen und kann leichter nach draussen weggelüftet werden. Je dichter die Gebäudehülle ist, desto wichtiger ist regelmässiges Lüften. Bei neueren Bauten mit dichten Gebäudehülle muss als vermehrt gelüftet werden, damit die hohe Feuchtigkeit der Raumluft nach aussen abgeführt werden kann. Auch bei Regen und im Winter lüften. Die kalte Zimmerluft ist trockener als die warme Zimmerluft.
Richtwerte für Ideale Raumtemperatur	Schlafräume: 17° - 20° C Wohnräume: 20° - 21° C Badezimmer: 22° C Ein Grad höhere oder tiefere Zimmerlufttemperatur bedeutet etwa 6 Prozent mehr oder weniger Heizkosten.
Kondenswasser	Bildet sich Kondenswasser auf der Innenscheibe, ist das ein Zeichen, dass solide Fenster eingebaut wurden, aber auch, dass die Zimmerluft zu feucht ist. Folglich muss dringend gelüftet werden (separates Merkblatt PFD).

Schimmel	<p>Gemäss Untersuchungen der EMPA liegen die Ursachen für die Bildung von Schimmelpilzen in 80 bis 90% der Fälle bei ungenügendem Lüften.</p> <p>Bereits vorhandener Schimmel kann nicht mehr weggelüftet werden. → Deshalb, regelmässiges Lüften verhindert Feuchtigkeitsschäden, erhöht die Lebensdauer Ihrer Wohnung und Einrichtung und verhindert gesundheitliche Schäden (separates Merkblatt PDF).</p>
-----------------	---