

SO LÜFTEN SIE RICHTIG

Wussten Sie?

Bei richtigem Lüften liegt der Heizbedarf für die erforderliche Frischluftzufuhr bei 400 bis 500 Liter Öl pro Heizsaison und Haushalt.

Falsches Lüften kann bis zu 3-fachen Energieverbrauch bzw. Kosten führen!

Frische Luft hält nicht nur gesund, sondern ist auch für effizientes Heizen notwendig. Da wir uns sehr viel in Innenräumen aufhalten, kommt der Lüftung große Bedeutung zu. Richtiges Lüften fördert die Gesundheit, führt die Feuchtigkeit ab, entfernt Schadstoffe und spart Energie. Und das geht so:

- **Kurz und heftig statt Dauerlüften.** Richtiges Lüften spart Energie und ist gar nicht so schwer. Durch den schnellen und gründlichen Luftaustausch geht weniger Energie und Wärme verloren als durch Dauerlüften mit gekippten Fenstern.
- **Stoßlüftung:** Fenster ganz öffnen. Mindestens zweimal, besser drei bis viermal am Tag, 5 bis 10 Minuten. Je kälter die Außentemperatur, desto kürzer die Lüftungsdauer, im Winter etwa 4 bis 7 Minuten.
- **Querlüftung:** Öffnung möglichst gegenüberliegender Fenster bzw. Türen 1 bis 5 Minuten, drei- bis viermal täglich. Am besten ist regelmäßiges Lüften alle zwei bis drei Stunden.
- **Heizungsventile** während der Lüftung schließen.
- **Zu feuchte Raumluft** kann zu höherem Wärmebedarf und Schimmelbildung führen. Lüften Sie richtig, sind Luftbefeuchter überflüssig. Die relative Luftfeuchte soll in Wohnräumen zwischen 40 und 60 Prozent liegen (messbar mittels Hygrometer).
- **Schlafzimmer** beim Lüften nicht vergessen, auch wenn es mit abgesenkter Temperatur beheizt wird.
- **Sind Ihre Fenster dicht?** Das können Sie folgendermaßen testen: Ein ins geschlossene Fenster eingeklemmtes Blatt Papier darf sich nicht oder nur sehr schwer herausziehen lassen!
- **Angelaufene Fenster** sind ein Anzeichen dafür, dass die äußeren Fenster dichter als die inneren sind, die Feuchtigkeit nicht nach außen gelangen kann. Häufiges Stoßlüften verringert die Luftfeuchtigkeit in den Räumen. Behebung: Abdichten des Innenflügels.
- **Schimmel** kann durch Bauschäden entstehen oder wenn der Temperaturunterschied zwischen innen und außen zu groß ist, zu wenig gelüftet wird und es in den Innenräumen ständig zuviel Luftfeuchtigkeit gibt. Schimmel gefährdet die Gesundheit, schneller Handlungsbedarf ist gegeben! Risikopersonen sind v. a. Kinder, ältere Menschen sowie Allergiker.