

Lüften – aber richtig

Tübingen macht prima Klima (16): Nicht zum Fenster rausheizen

An dieser Stelle gibt die Stadtverwaltung Tübingen als Teil der Kampagne „Tübingen macht blau“ einmal pro Woche Tipps, was und wie jeder einzelne zum Klimaschutz beitragen kann.

Tübingen. Wer in einer zugigen Wohnung lebt, kann davon ausgehen, dass die Raumluft selbst bei geschlossenen Fenstern und Türen durch undichte Fugen und andere Öffnungen bis zu zweimal in der Stunde ausgetauscht wird. Bei einem unkontrollierten Luftwechsel entweicht jedoch sehr viel kostbare Wärme nach draußen, so dass für ein gemütliches Raumklima die Heizung stetig Wärme nachliefern muss. Zu Lasten von Klima und Portmonee.

Doch wer sein Haus fit für den Klimaschutz gemacht hat, es also luftdichter gemacht hat, darf mit deutlich geringeren Luftwechselzahlen rechnen und muss nachhelfen, damit Schadstoffe, Gerüche und Feuchtigkeit nicht zu einer Beeinträchtigung der Innenraum-Luftqualität führen. Bei besonders energieoptimierten

Gebäuden wie beispielsweise KfW40- und Passivhäusern liegt der natürliche Luftaustausch ohne mechanische Zusatzbelüftung teilweise nur noch bei etwa 0,1 bis 0,2 Raumvolumina/Stunde. Mit verbesserter Luftdichtheit der Gebäude und der daraus folgenden Verringerung des Luftwechsels muss aktiv auf ein gutes Raumklima geachtet werden.

Zehn Kilo Dampf
müssen raus

In einem Drei-Personen-Haushalt werden direkt durch die Personen, durch Duschen, Waschen, Wäschetrocknen, Kochen sowie durch Pflanzen, Aquarien und andere Feuchtequellen täglich etwa sechs bis vierzehn Kilogramm Wasser(dampf) freigesetzt. Um zum Beispiel zehn Kilogramm Wasser aus Innenräumen abzuführen, müssen ungefähr 3000 Kilogramm Luft bewegt werden. Dieses bedeutet, dass der Luftinhalt der Innenräume im Mittel etwa siebenmal täglich ausgetauscht werden muss, um die

überschüssige Feuchtigkeit abzutransportieren.

Unser Tipp: Achten Sie besonders während der Heizperiode auf ein energieeffizientes Lüftungsverhalten, um eine geringe Luftfeuchtigkeit in Ihren Räumen zu halten. Lüften Sie dabei nie mit dauergekipptem Fenster. Zur Verringerung der Feuchte im Raum sollten Sie stattdessen mehrmals täglich eine kurze Stoßlüftung durch weites Öffnen der Fenster für fünf bis zehn Minuten durchführen.

Im Bad sollten Sie, insbesondere bei Räumen mit ungünstiger Lüftungsmöglichkeit, nach dem Duschen das Wasser von Wänden und Boden entfernen. Dieses Wasser muss dann nicht mehr durch Lüftung an die Außenluft abgegeben werden.

Die Badezimmertüren sollten Sie dabei vor und nach dem Duschen geschlossen halten, damit die Feuchtigkeit nicht in die anderen Räume eindringen kann. Nach dem Duschen muss auf jeden Fall immer gründlich gelüftet werden. Eine kurze Lüftung nach dem Duschen reicht meist nicht aus, da nasse Handtücher und

Wände zu viel Feuchtigkeit enthalten.

In der Küche kann ein Dunstabzug mit Abführung der Abluft ins Freie Feuchtigkeit aus dem Raum entfernen. Weniger beheizte Räume (zum Beispiel Schlafzimmer) sollten nicht durch warme Luft aus anderen Räumen am Abend aufgewärmt werden. An den kalten Außenwänden kann es sonst zu Tauwasserbildung kommen.

Tauwasser an
der Außenwand

Wegen der vermehrten Feuchtigkeitsabgabe beim Schlafen sollten Schlafzimmer morgens gelüftet werden. Räume, die längere Zeit nicht benutzt und beheizt wurden, müssen beim erneuten in Gebrauch nehmen vermehrt gelüftet werden, da sich sonst an den kalten Wänden Tauwasser bilden kann.

online

Die Klimatipps sind auch bei www.tagblatt.de und bei www.tuebingen-macht-blau.de nachzulesen.