

Hinweise zum gesunden Wohnen

Moderne Fensteranlagen haben wesentlich bessere Wärmedämmeigenschaften als alte Holzfenster und weisen eine deutlich höhere Luftdichtheit auf. Um Silikonschlauchdichtungen in ihrer Funktion nicht einzuschränken, dürfen diese nicht überlackiert werden. Neue Gebäude weisen entsprechend den Forderungen der Energieeinsparverordnungen ohnehin eine sehr hohe Luftdichtheit auf. Ein natürlicher, unbewußter Luftaustausch zwischen Raum- und Außenluft kann somit nicht mehr in ausreichendem Maße stattfinden.

Untersuchungen von Forschern des Umweltbundesamtes haben ergeben, daß die Luft in den meisten Wohnungen nicht nur verbraucht und damit unhygienisch, sondern oft bis zu fünfzigmal giftiger ist als an viel befahrenen Straßenkreuzungen der Großstädte. Die Ursache hierfür liegt in verbrauchter Atemluft, den Ausdünstungen von Wohnungseinrichtungsartikeln wie z. B. Bodenbelägen, Möbeln und Wandanstrichen. Die schnellste und einfachste Maßnahme, die Schadstoffkonzentration der Raumluft zu reduzieren, ist richtiges Lüften. Im Interesse Ihrer Gesundheit gestatten Sie uns einige Hinweise hierzu:

- Die effektivste Lüftung ist die Stoß- oder Querlüftung. Alle Fenster und Türen werden dabei für 5 bis 10 Minuten geöffnet. Bei sehr kalten Außentemperaturen reichen meist sogar 2 bis 3 Minuten.
- Luft besitzt nur eine sehr geringe Wärmespeicherkapazität. Sie müssen also keine Bedenken haben, daß Sie bei der beschriebenen Lüftungsmethode viel Wärmeenergie verlieren. Die umgebenden Wandflächen und auch die massiven Möbel speichern den Großteil der Wärmeenergie. Die frische, kühle Raumluft wird daher sehr schnell wieder aufgeheizt.
- Kipplüftung verschwendet Heizenergie und führt durch die Auskühlung der angrenzenden Wandflächen zu Kondenswasser und Schimmelbildung. Am besten, Sie vergessen in der Heizperiode, daß Ihre Fenster überhaupt eine Kippfunktion besitzen.
- Selbstverständlich sollte sein, daß erhöhte Luftfeuchtigkeitskonzentrationen, verursacht z. B. durch Kochen, Duschen oder Baden unmittelbar nach Entstehung nach außen abgeführt werden.
- Die relative Luftfeuchtigkeit sollte möglichst 50 % dauerhaft nicht überschreiten.
- Wie oft Sie täglich Lüftungsprozesse durchführen müssen, um eine gesunde Raumluft zu realisieren, kann pauschal nicht gesagt werden, sondern hängt viel mehr vom konkreten, individuell bedingten Nutzerverhalten ab.
- Für Ihr Behaglichkeitsempfinden sollte die Raumlufttemperatur in der Wohnung bei ca. 20° C liegen.
- Schalten Sie die Raumheizung bei kurzzeitiger Abwesenheit z. B. während des Arbeitstages nie ganz ab. Die danach notwendige Aufheizung ausgekühlter Umgebungsflächen kostet mehr Heizungsenergie als ein relativ gleichmäßiges Beheizen der Wohnräume. Analog verhält es sich mit dem Abdrehen der Heizkörperventile während der Nachtstunden. Das ist schon deshalb nicht notwendig, weil in den Heizungszentralen eine Nachtabsenkung eingestellt ist.
- Beheizen Sie kühlere Räume (z. B. Schlafzimmer) nicht mit Luft aus wärmeren Nachbarräumen mit. Halten Sie die Zimmertür des kühleren Raumes geschlossen.
- Zur Wäschetrocknung nutzen Sie möglichst einen Trockenboden oder einen Trockner. Ist Ihnen beides nicht möglich, müssen Sie die zusätzliche Feuchtigkeit durch intensiveres Heizen und Lüften nach außen abführen.
- Möbel sollten möglichst nicht so vor Außenwände gestellt werden, daß eine freie Umspülung mit Warmluft der Außenwandoberflächen verhindert wird.
- Kondenswasseranfall an alten Holzfensteranlagen ist ein deutliches Anzeichen für eine relative hohe Raumluftfeuchtigkeit. Beseitigen Sie das Kondenswasser zeitnah zu dessen Entstehung, um Schäden insbesondere an den Fensteranlagen zu vermeiden.

In der Regel gehört zu jeder Mietwohnung auch ein Mieterkeller. Sofern ihr Mieterkeller auch über eine Fensteröffnung verfügt, achten Sie bitte darauf, daß dies in den Sommermonaten geschlossen bleibt. Ein einfacher physikalischer Zusammenhang, nämlich Wasserausfall in Folge von Kondensation in den Keller eingedrungener warmer Außenluft durch Abkühlung derselben, führt unweigerlich zu erhöhter Feuchtigkeit im Keller. Ein sogenanntes Trockenlüften von Kellerräumen kann nur funktionieren, wenn die Lufttemperatur in den Kellerräumen höher ist als die Außenlufttemperatur.

Wir bitten Sie dringend, unsere Lüftungs- und Heizungshinweise im Interesse Ihrer Gesundheit und zur Vermeidung von Schäden an der Mietsache zu beherzigen. Wenn Sie unsere Hinweise beachten, werden Sie auch in der kalten Jahreszeit ein Behaglichkeitsempfinden in Ihren Wohnräumen bei einem gleichzeitigen gesunden Mikroklima unter Vermeidung von Kondenswasseranfall und Schimmelbildung erreichen.