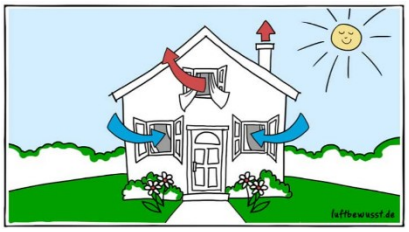
Richtiges Lüften



Aus der Broschüre Optimal Lüften des Schweizerischen Fachverbandes Fenster- und Fassadenbranche www.fff.ch

Kondenswasser bildet sich, wenn feuchte und gleichzeitig warme Luft auf eine kältere Oberfläche trifft. Die Luft kühlt ab und kann das Wasser nicht mehr so gut aufnehmen. Die Folge: es sammelt sich als Film vor allem auf den kalten, glatten Oberflächen wie Fenster oder Spiegel. Prinzipiell ist dieses Phänomen der Luft ganz normal, tritt aber heutzutage viel häufiger in Wohnungen auf als früher. Der Grund ist einfach: die Häuser sowie die Dachfenster und Fenster sind generell viel besser gedämmt als früher. Zieht es in älteren Häusern gerne noch herein, kann man dies von neueren oder sanierten Bauten nicht mehr behaupten. Dies ist einerseits gut für die Heiz- und Energiebilanz, andererseits wirkt sich dies jedoch auf Ihr Raumklima aus. Denn, wenn alles perfekt wärmeisoliert ist, und die Luft nicht mehr von selbst zirkulieren kann, kann sich Kondenswasser an den Fenstern bilden.

Kondensat an sich ist nicht gesundheitsschädlich, kann jedoch zu gesundheitlichen Problemen führen – nämlich durch Schimmelbildung in Räumen, wenn die Luft dauerhaft zu feucht ist. Um dies zu vermeiden, sollte einerseits das Kondenswasser an den Fenstern abgewischt werden, zum anderen ist es wichtig richtig zu lüften. Dabei zählt nur das sogenannte Stosslüften! Fenster auf Kipp haben nicht denselben Effekt und tragen nicht zu einem gesunden Raumklima bei, im Gegenteil, die Räume kühlen nur aus. **Sorgen Sie für Durchzug! (Querlüftung)** – so wird in kurzer Zeit viel Feuchtigkeit aus dem Raum abgeführt. Nach Möglichkeit **2-3 mal täglich die Fenster in allen Räumen ganz öffnen.** Unser Tip: sobald Sie die Fenster offen sind, gibt es auf den Fensteraussenscheiben einen Beschlag – ist dieser weg haben Sie gut gelüftet und können die Fenster wieder schliessen. Der Luftaustausch ist optimal abgeschlossen. Die Dauer ist abhängig vom Wetter / Innentemperatur / Innenfeuchte. Um Heizkosten zu sparen empfiehlt es sich, die Heizkörper unter den Fenstern währenddessen zurückzudrehen.