

Merkblatt Lüften

Allgemeines Verständnis

In einem 4-Personen-Haushalt können täglich bis zu 14 Liter Wasser in Form von Wasserdampf entstehen, durch Atemluft, Duschen, Baden, Waschen, Kochen, Giessen von Pflanzen, Tiere, Aquarien usw.

Wasserdampf erhöht die Feuchtigkeit der Raumluft und kann zu raumseitigen Kondensat- und Schimmelercheinungen an Konstruktionen und Fenster führen. Bei einer relativen Luftfeuchte von über 75% beginnt der Schimmel zu wachsen. Kondensatbeschlag auf den Fensterscheiben ist ein Alarmzeichen dafür, dass die relative Raumfeuchte zu hoch ist und unbedingt gelüftet werden muss (Kondenswasser ist wegzuwischen).

Bei Neubauten können die langsam austrocknenden Bauteile (Beton, Mauerwerk, Putze) in den ersten 3 Jahren zu überdurchschnittlich hoher Raumfeuchtigkeit führen; daher muss in Neubauten in den ersten Jahren intensiv gelüftet werden.

Auch bei Regen und Nebel führt das Lüften zur Verringerung der Raumfeuchtigkeit, da die kältere Aussenluft stets wenig Wasserdampf enthält. Lüften ist umso wirksamer, je kälter es draussen ist.

Grossflächige Möbel sind mit einem Abstand von 5-10 cm zur Aussenwand bzw. zum Boden zu stellen (gilt für Altbauten und für Nebenbauten in den ersten 2-3 Jahren).

Lüften der Räume

Die Räume sind mindestens 2-3 Mal täglich (im ersten Jahr nach Baufertigstellung 3-5 Mal oder öfters) während 5-10 Minuten durch Fensteröffnungen zu lüften; am wirksamsten ist ein Lüften im Durchzug. Der Energieverlust ist vergleichsweise gering und die frische Luft (auch aus hygienischen Gründen erforderlich) erwärmt sich in wenigen Minuten wieder auf.

Vor dem Zubettgehen und morgens nach dem Aufstehen sind die Räume zusätzlich zu lüften.

Grundsatz: Je mehr Luftfeuchtigkeit in einer Wohnung produziert wird, umso häufiger sind die Räume kurz und kräftig zu lüften.

Produktion von Feuchtigkeit

Feuchträume (Baden, Duschen, Kochen usw.) sollen während oder unmittelbar nach dem Gebrauch durch Öffnen der Fenster oder Einschalten des Ventilators gelüftet werden.

Ein Austausch von verbrauchter Raumluft mit der Aussenluft ist:

- Zum Abtransport von Schadstoffen (Bsp. Geruchsstoffe, Ekelstoffe, Tabakrauch, Staub, Radon etc.
- Zum Abtransport von Wasserdampf
- Zum Nachschub von Sauerstoff
- Aus hygienischen Gründen
- Und aus bauphysikalischer Sicht notwendig

Raumlufttemperaturen

Die Raumlufttemperatur soll mindestens 20° C betragen (in Schlafräumen evtl. 18° C). Die Türen zwischen kühleren Räumen und den übrigen, wärmeren Räumen sollen geschlossen bleiben. Das Abstellen der Radiatoren (Heizung) in einzelnen Räumen und/oder eine starke Nachtabsenkung der Heizung ist nicht zulässig und kann zu Kondensatschäden führen.

Raumluftfeuchtigkeit

Für die Behaglichkeit des Menschen kann sich die relative Raumluftfeuchte in einem grossen Bereich zwischen 30 - 70% bewegen. Es ist jedoch zu bedenken, dass bei hoher relativer Luftfeuchtigkeit in einem Raum das Risiko von Kondensat- und Schimmelbildung sehr stark ansteigt.

Während der Heizperiode darf die relative Raumfeuchtigkeit folgende Werte nicht übersteigen:

Bei Aussentemperatur	-10° C	-5° C	-0° C	+5° C	+10° C
max. relative Raumluftfeuchte	38%	42%	46%	53%	60%

Zusammenfassung betreffend Wohnverhalten während der Heizperiode

- Täglich mindestens 2-3 Mal die Räume kräftig lüften (Durchzug 5-10 Minuten)
- Lüften der Räume während oder nach erhöhter Feuchteproduktion
- Vermehrtes Lüften der Räume in den ersten Jahren bei Neubauten und wenn die Fenster von Kondensat beschlagen werden
- Raumlufttemperatur Tags mindestens auf 20° C einstellen; Reduktion und Nachtabsenkung höchstens um 2 Grad
- Relative Raumluftfeuchte gemäss Tabelle einhalten