

# Gesund Leben

Richtiges Lüften verhindert die Bildung von Kondenswasser und Schimmel an Fenstern und Wänden.

## Das Problem

Besonders in den Wintermonaten werden wir oft über die Bildung von Kondenswasser in Wohnungen informiert. Dies kann zu Schäden führen, wie z.B.:

- ▶ Schimmel an den Innenseiten von Wänden und Fenstern
- ▶ Kondenswasser an den Fenstern
- ▶ Entstehung von Stockflecken und sich lösende Tapeten

## Gibt es keine Lösung?

Doch, Sie müssen nur richtig lüften.

## So lüften Sie richtig

1. Schnelles, aber effektives Lüften spart Energie: Öffnen Sie das Fenster für fünf, maximal zehn Minuten ganz weit, oder noch besser, erzeugen Sie einen kurzen Durchzug. Auf diese Weise wird ein Minimum an Energie verschwendet und die Feuchtigkeit aus dem Raum entfernt.

Im Winter ist die Luftfeuchtigkeit in beheizten Räumen höher als in der kalten Aussenluft, selbst bei Nebel! Wenn Sie lüften, strömt also keine feuchte Luft herein, sondern Sie lassen die Feuchtigkeit im Raum entweichen.

2. Im ersten Jahr nach dem Bau sollte 3 bis 5 mal täglich gelüftet werden, danach reichen 2 bis 3 mal aus.
3. Räume mit hoher Luftfeuchtigkeit (Küche, Bad) sollten während oder kurz nach der Dampfbildung gelüftet werden.
4. Vermeiden Sie bei Temperaturen unter 0° C eine Dauerlüftung (z.B. durch geöffnete Drehkippenfenster). Der Luftaustausch lässt die Wände auskühlen, wodurch die Gefahr von Kondenswasser sogar noch steigt.