

RICHTIG HEIZEN UND LÜFTEN

Mit dem richtigen Heiz- und Lüftungsverhalten lässt sich laut zahlreichen Studien sowohl Geld sparen als auch Schimmelbildung vermeiden. Egal, ob Sie in einem Altbau wohnen oder in einem wärmegeprägten Haus mit Isolierglasfenstern. Jede Wohnung muss gelüftet und geheizt werden. Lüften und Heizen verbessern die Wohnhygiene und somit auch Ihr Wohlfühlgefühl zu Hause. Besonders in isolierten Häusern bedarf es regelmäßigen Lüftens, da aufgrund von dichten Fenstern heute natürlicher Luftaustausch mehr stattfindet. „Verbrauchte“ Luft riecht nicht nur muffig, sondern ist auch feucht und führt langfristig zu Schimmel.

Grundsätzlich gilt:

- Die ideale Raumtemperatur in Wohn- und Schlafräumen beträgt tagsüber 20°-24°C, nachts mind. 16°C.
- Die ideale relative Luftfeuchte beträgt zwischen 40 und 60%.
Die relative Luftfeuchte beschreibt die Feuchte, die in Form von Dampf in der Luft vorhanden ist. Sie gibt das Verhältnis zwischen aktueller und maximaler Wasseraufnahmefähigkeit an. Die Wasseraufnahmefähigkeit hängt von der T e m p e r a t u r ab. Luft mit 16°C nimmt erheblich weniger Wasser auf als Luft mit 21°C. Da die Luft die Feuchte nicht aufnimmt, setzt sie sich an den Oberflächen ab. Sind einzelne Zimmer oder Wandflächen kühler als andere, setzt sich dort die feuchte Luft als erstes ab.

TIPPS ZUM RICHTIGEN HEIZEN UND LÜFTEN

1. nie von einem Zimmer in ein anderes, sondern immer nach draußen lüften
2. nicht vom Wohnzimmer aus das Schlafzimmer mitheizen. Es gelangt sonst warme, aber somit auch f e u c h t e Luft in das kühlere Schlafzimmer und schlägt dort an den Wänden die Feuchtigkeit nieder.
3. beim Lüften die Fenster **kurz** -je nach Temperatur ca. 1-5 min.- aber **ganz** öffnen = Stoßlüften bzw. Querlüften
Es soll kurz und kräftig durch die Wohnung ziehen.
4. Fensterkippen ist lüftungstechnisch wirkungslos und verschwendet Heizenergie. Wenn es draußen kalt ist, kühlen die Mauern aus und Feuchtigkeit setzt sich an den kalten Stellen ab.
5. Morgens und abends in der ganzen Wohnung einen kompletten Luftwechsel durchführen, falls es draußen nicht feuchter ist als drinnen. Meist ist die Außenluft bis 9.00h in der Früh trockener als später am Tag.
Aktuelle Wetterdaten können Sie z.B. abrufen unter:

Dresden http://tu-dresden.de/die_tu_dresden/fakultaeten/fakultaet_forst_geo_und_hydrowissenschaften/fachrichtung_wasserwesen/ifhm/meteorologie/forschung/stationen/daten/thakli_online

München <http://www.meteo.physik.uni-muenchen.de/dokuwiki/doku.php?id=wetter:stadt:messung>

Nürnberg <http://umweltdaten.nuernberg.de/wetterdaten/messstation-nuernberg-flugfeld/luftfeuchte/bereich/Tages-Ansicht.html>

Rosenheim <http://www2.fh-rosenheim.de/klima/>

6. Beobachten Sie die Luftfeuchte in Ihren Räumen über ein Hygrometer mit eingebauter Temperaturanzeige
7. Sollten Sie ein zu feuchtes Raumklima besitzen, empfehlen wir folgendes Vorgehen mit Hygrometer:
 - 7.1. kurz und kräftig lüften unter Beachtung von Punkt 5
 - 7.2. Fenster schließen und beobachten, wie die durch das Lüften abgesenkte relative Luftfeuchte langsam wieder ansteigt – hierzu ist Wärme erforderlich, s.o. ⇒ die Luft nimmt Feuchtigkeit von Oberflächen auf
 - 7.3. kurz und kräftig ein zweites Mal lüften
8. Große Mengen Wasserdampf, z.B. beim Kochen / Duschen / Bügeln möglichst sofort nach draußen lüften.
Durch Schließen der Zimmertüren verhindern, dass sich der Dampf in der Wohnung verteilt
9. Bei Räumen ohne Fenster, besonders Bädern, dafür sorgen, dass die Luft im gesamten Raum zirkulieren kann, z.B. ‚Barriere Duschvorhang‘ entfernen durch lockeres Zusammenklammern, so dass links und rechts davon Luft ausgetauscht wird

10. Keine Wäsche in der Wohnung trocknen; oder, wenn doch, gut heizen, öfter gut lüften! Zimmertüren während des Trocknens schließen, damit sich die Feuchte nicht in der ganzen Wohnung verteilt.
11. Schränke, Vorhänge etc. sollten mindestens mit einem Abstand von 3 bis 5 cm vor die Wand gestellt werden, um die Luftzirkulation nicht zu behindern. Vorhänge am besten nicht Heizkörper verdecken lassen, s.u.

MISSVERSTÄNDNISSE KOMMEN TEUER

Es kursieren immer noch weitverbreitet falsche Vorstellungen, die wir im Folgenden ausräumen möchten. Natürlich sollte man bei modernen Heizsystemen – wie bei anderen technischen Geräten – auch die Gebrauchsanweisung beachten.

- ‚Wenn ich kräftig lüfte, heize ich zum Fenster hinaus‘
Falsch. Es ist teurer, verbrauchte, feuchte Luft warm zu halten, als neue, trockene Luft zu erwärmen.

Warme Luft speichert mehr Feuchtigkeit als kalte. Feuchte Luft neigt zum Kondensieren und Abkühlen. Probieren Sie es aus, z.B. wenn Sie mal frösteln: Wenn Sie kräftig und kurz lüften, entsorgen Sie mit der warmen, aber „angereicherten“ Luft auch viel Feuchtigkeit. Die neue Luft ist nicht nur frisch, sondern erwärmt sich auch schneller. Voraussetzung dafür ist, dass die Frischluft trockener ist als die in der Wohnung, siehe hierzu Punkt 5. Übrigens: Feuchtigkeit entsteht nicht nur durch „dampfende“ Aktivitäten in der Wohnung, sondern schon durch Atmen oder Zimmerpflanzen.

- ‚Der Heizkörper geht nicht‘
Jedes Thermostat reagiert anders, der Heizkörper muss nicht unbedingt in Stellung ‚3‘ warm sein.

Der eine Heizkörper ist auf Stellung ‚3‘ ganz warm, der nächste Heizkörper auf derselben Stellung schon abgeschaltet. Viele Faktoren beeinflussen den einzelnen Thermostaten, z.B. die Lage an Außen- oder Innenwand, Zugluft, Feineinstellung der Thermostatventile, usw. Der Heizkörper reagiert darauf, wobei sich das Mikroklima sogar bei zwei nebeneinander liegenden Heizkörpern ganz unterschiedlich auswirken kann. Die Höhe der Heizkosten richtet sich übrigens nicht danach, ob ‚3‘ oder ‚5‘ eingestellt ist, sondern nach der Raumtemperatur am Heizkostenverteiler bzw. nach Durchfluss bei Wärmemengenzählern. Behinderte Luftzirkulation z.B. durch Vorhänge vor Heizkörpern in Nischen, führen zur Abschaltung, auch wenn der Raum am anderen Ende noch kalt ist und erhöhen die Heizkosten, weil das Thermostat ‚denkt‘, der ganze Raum sei so warm wie um das Thermostat herum.

- ‚Ich spare Energie durch Zudrehen der Heizkörper‘
Die Heizung ist bereits sparsam ausgelegt und sparsam eingestellt.

Der häufigste **Anwendungsfehler** ist das **ständige Verstellen** der Thermostate, vor allem das **Zudrehen der Heizkörper** nachts oder tagsüber beim Verlassen der Wohnung. Jede Energieberatung wird Ihnen bestätigen, dass sich der erstrebte Zweck der Heizkostensparnis in sein Gegenteil verkehren kann, wenn ausgekühlte Räume wieder aufgeheizt werden müssen.

Bei modernen Niedertemperaturheizung dauert das Aufheizen des Raumes besonders lange. Die schnelle Wärme, die man von einer alten Zentralheizung her kennt, wird nicht produziert. Das System beruht vielmehr darauf, eine gewünschte Temperatur zu halten und kleine Defizite immer wieder aufzufüllen. Das Halten von gleichmäßiger Wärme ist die gesündeste, angenehmste und auch sparsamste Methode. Die Luft bleibt dabei in Bewegung. Es entstehen keine kalten Ecken in denen die Luft erst in Bewegung geraten muss (Gefahr der Schimmelbildung!). Diese Art Heizung ist langsam und dadurch sparsam, sie kann aber nur dann wärmen, wenn sie nicht dauernd gedrosselt wird.

- ‚Nachts brauche ich keine Heizung‘

Nachts brauchen Sie in den **Wohn- und Nebenräumen** nicht das Thermostat zu drosseln, denn die Heizung senkt sich selbsttätig über die automatische Nachtabenkung (ca. 4 -5° C unter Tagtemperatur = Maximalsenkung). Erreichen Sie eine tiefere Temperatur (z.B. durch Abdrehen der Heizkörper) haben Sie entsprechend höhere Kosten und mehr Wartezeit beim Wiedererwärmen.

Wenn Sie Ihr Schlafzimmer unbedingt sehr kalt haben wollen, ist zu beachten:

Heizkörper abdrehen **und Fenster öffnen** (zur Vermeidung von Schimmelbildung, denn Kälte und Feuchtigkeitsabsonderung passen, besonders in frisch renovierten Altbauten, nicht zusammen). Ein schlafender Mensch gibt Wasser an die Raumluft ab, bis zu 2 Liter pro Person.

Morgens **Fenster schließen und Heizkörper** auf Stellung von ca. „2“ stellen. Sie sollten jedenfalls auf mind. 16°C aufheizen, dann lüften unter Beachtung von Punkt 5. Was Sie im kalten Zimmer vermeintlich sparen, gibt der Heizkörper in den anderen Räumen durch seinen Kampf mit der Erwärmung wieder aus! Und Sie bekommen leicht Probleme mit Schimmelbildung.

- ‚Den Heizkörper muss ich entlüften‘

Bitte melden Sie es der Verwaltung, wenn Sie denken, dass entlüftet werden muss.

Das **Entlüften** der Heizkörper gehört zu den populärsten Selbsthilfemaßnahmen und schadet den modernen Heizungen sehr, wenn es nicht richtig gemacht wird.

Ein einzelner Bewohner kann bei geschlossenen Heizsystemen die Heizung über seine Wohnung gar nicht richtig entlüften. Er wird, wenn die Heizung läuft zwar evtl. Luft, (die ohnehin nach oben gestiegen wäre) aus seinem eigenen Heizkörper und dafür neue Luft in die Anlage lassen, die dann womöglich ein Nachbarn erhält. Indiz dafür: Erst kommt Luft aus dem Heizkörper, dann kommt eine Weile nichts mehr, nach einiger Zeit vielleicht noch etwas Wasser mit Luft: es wurde bereits falsch entlüftet. Bei richtiger Entlüftung steht die Anlage unter erheblichem Druck, es schießt bald ein Wasserstrahl aus dem Ventil.

In der obersten Wohnung ist Entlüften nur dann erfolgreich, wenn der **Druck der Anlage** insgesamt beibehalten wird. Sinkt der Druck, heißt das mit anderen Worten: es sinkt auch die Wassersäule in der Anlage. So wird die oberste Wohnung trotz Entlüftung nicht wärmer (weil das warme Wasser nicht hinaufkommt). Mit jeder Fehlentlüftung wird es schlechter!

Wir erklären dies so ausführlich, weil der Heizanlage Schaden droht, wenn Entlüftungsversuche bei laufender Heizung durchgeführt werden ‚bis Wasser kommt‘, was nur bedeuten kann, dass der Druck abgesenkt wird.

Entlüften ist eine Gemeinschaftsaktion, die die Beteiligung aller angeschlossenen Wohnungen erfordert. Ausgeführt in einer einzelnen Wohnung bringt sie mehr Schaden als Nutzen.

Die Entlüftung ist daher während der Garantiezeit die Aufgabe der Einbaufirma, danach muss sie regelrecht organisiert und von einer Person, z.B. dem Hausmeister für die ganze Anlage durchgeführt werden.

Wir hoffen, Ihnen mit dieser Zusammenfassung weitergeholfen zu haben. Weitere Information erhalten Sie z.B. bei der Deutschen Energie-Agentur, www.dena.de.

Mit freundlicher Empfehlung

Ihre Hausverwaltung
Wirtschaften + Wohnen GmbH
Stand: 01.07.2015