

Tipp Richtig Lüften

Da der moderne Mensch den größten Teil seiner Zeit in geschlossenen Räumen verbringt, ist es erforderlich für eine gute Qualität der Raumluft zu sorgen. Sie fördert nicht nur die Leistungsfähigkeit, sondern hat auch entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bewohner.

Gerade in den Wintermonaten, wenn die Temperaturen sinken und die Wohnräume beheizt werden, kommt es auf das richtige und regelmäßige Lüften an. Verbrauchte Atemluft muss ausgetauscht, Schadstoff- und Staubkonzentration können durch Lüftung verringert werden. Vor allem aber sollte erhöhte Luftfeuchtigkeit, die durch Duschen, Wäsche, durch Kochen, durch Pflanzen, Aquarium, Zimmerbrunnen etc. entsteht, möglichst direkt abgeführt werden. Denn hohe Feuchtigkeit in der Raumluft kann zu Bauschäden und Schimmelpilzbefall führen, wenn Sie an kalten Außenwänden kondensiert.

Praktische Tipps für´s richtige Lüften:

- Mindestens 2 - 3 mal täglich: Stoßlüften (Durchzug) ca. 5 - 10 Minuten, um verbrauchte Luft in kürzester Zeit auszutauschen. Die gespeicherte Wärme in Wänden und Möbeln bleibt erhalten.
- Heizkörperventile während der kurzen Lüftung schließen.
- Gekippte Fenster im Winter vermeiden. Der Luftaustausch ist zu gering, der Wärmeverlust zu groß.
- Keller nicht im Sommer lüften. Warme Sommerluft enthält viel Feuchtigkeit, die an kalten Kellerwänden kondensiert.
- Räume ohne Fenster durch angrenzende Räume belüften. Alle anderen Türen schließen.

Eine übersichtliche Broschüre zum richtigen Lüften erhalten Sie beim Bundesministerium für Verkehr, Bau- und Wohnungswesen unter: E-Mail: buerggerinfo@bmvbs.bund.de
Bürgertelefon / Broschürenbestellung: 030/183 00 30 60
als pdf zum herunterladen unter:
www.bmvbs.de/Anlage15425/Gesund-Wohnen-durch-richtiges-Lueften-und-Heizen.pdf