

Richtiges Heizen und Lüften spart Geld und schützt vor Schimmel



Besser kurzes Stoßlüften statt dauerhafter Kippstellung.
Schimmel in der Wohnung sieht unschön aus und ist außerdem gesundheitsgefährdend. Die ekligen Pilze können Allergien auslösen, die Atemwege reizen und Kopfschmerzen begünstigen. Richtiges Heizen und Lüften kann dazu beitragen, dass Schimmel gar nicht erst entsteht, und zugleich den eigenen Geldbeutel entlasten. Wir sagen Ihnen was Sie beim Heizen und Lüften beachten sollten, um Schimmel vorzubeugen und Geld zu sparen.

1) Stoßlüften statt gekipptem Fenster

Zentral für die Vermeidung von Schimmel ist richtiges Lüften. Denn so geben Sie dem Schimmel keine Chance und sparen auch noch Heizkosten. Der größte Fehler beim Lüften: die Fenster lange auf Kippstellung lassen. So heizen Sie buchstäblich bis zu 150 Euro jährlich zum Fenster hinaus, und die Wände kühlen stark aus - gute Bedingungen für Schimmelpilze. Denn je stärker eine Wohnung auskühlt, desto besser können Pilzkulturen wachsen. Kühlt ein Raum zu sehr ab, schlägt sich auf den kalten Wänden Feuchtigkeit nieder - perfekte Bedingungen für den gefährlichen Pilz. Mehrmals täglich für einige Minuten Stoßlüften sorgt dagegen für einen guten Luftaustausch. Da sich die Wärme in den Wänden und Möbeln hält, ist es nach dem Lüften außerdem schnell wieder angenehm warm im Zimmer.

2) Feuchtigkeit durch Lüften aus der Wohnung lassen

In einem Vier-Personen-Haushalt gelangen pro Tag bis zu 15 Liter Wasser in Form von Wasserdampf in die Luft und schlagen sich, wenn nicht gelüftet wird, an Decken und Wänden nieder. Das kann dann zu Schimmelbildung führen. Verantwortlich dafür sind nicht nur Atmen und Schwitzen, sondern auch Kochen, Duschen und Wäsche trocknen.

Um unnötige Feuchtigkeit in der Wohnung zu vermeiden, sollte Wäsche daher nach Möglichkeit nicht in der Wohnung getrocknet werden. Beim Kochen ist es sinnvoll, die **Dunstabzugshaube** einzuschalten. Auch nach dem Duschen ist gründliches Lüften wichtig.

3) Altbauten besonders gefährdet

Besonders Altbauten sind schimmelgefährdet, da es dort häufiger undichte Stellen gibt und der Wärmeschutz teilweise Mängel aufweist. Aber auch in Neubauten kann es zu Schimmelbildung kommen. Ursache ist dann meistens falsches oder zu seltenes Lüften. Wegen der guten Dämmung gibt es meist einen geringeren Luftaustausch. An den schlecht belüfteten Stellen an den Außenwänden bildet sich dann bevorzugt Schimmel. Große Schränke sollten möglichst nicht an Außenwänden aufgestellt werden. Achten Sie auch darauf, dass Möbel nicht direkt an der Wand stehen. Planen Sie mindestens fünf Zentimeter Zwischenraum ein, damit für eine ausreichende Luftzirkulation gesorgt ist.

4) Auch ungenutzte Räume niedrig heizen

Wenn Sie über Nacht oder tagsüber nicht in Ihrer Wohnung sind, sollten Sie dennoch die Heizung nicht abschalten. Heizkosten werden so nicht eingespart, da zum Aufheizen eines ausgekühlten Hauses besonders viel Energie benötigt wird. Bei einer bereits bestehenden Grundtemperatur von beispielsweise 17 Grad geht das deutlich schneller. Wer also in den Winterurlaub fährt oder ein Zimmer nicht regelmäßig nutzt, sollte die Heizung trotzdem nicht ganz abstellen. Denn es drohen auch Frostschäden. So können bei Kälteeinbruch Wasserrohre platzen - und Wasserschäden führen schnell zu Schimmel. Die Frostschutzstellung am Heizkörper verhindert außerdem, dass die Wände zu sehr auskühlen. Sie lässt die Heizkosten aber auch nicht unnötig in die Höhe schnellen. Allerdings reicht der **Frostwächter an der Heizung bei anhaltendem Frost nicht aus**, da er die Raumtemperatur lediglich bei fünf Grad hält. Durch die Starke Außenkälte können die Leitungen in der wand trotzdem zufrieren.

5) Mit dichten Fenstern und Türen beim Heizen sparen

Besonders bei älteren Häusern sind Fenster und Türen häufig nicht perfekt abgedichtet, was ebenfalls zum Auskühlen der Wände beiträgt. Abhilfe bieten Zugluftstopper unter den Türen. Mit selbstklebenden Gummi- oder Schaumstoffstreifen können Sie **Fenster und Türen einfach und effektiv abdichten**, damit die Wärme im Zimmer bleibt. Quelle: Verivox, T-Online.de