

Das Einmaleins des Lüftens

Viele Altbauten erreichen nach umfassender Sanierung aus energetischer Sicht Neubauniveau: Sie sind sehr gut isoliert und nahezu luftdicht. Eine „Dauerlüftung“ durch undichte Stellen bei Wänden oder Fenstern gibt es nicht mehr. Umso wichtiger wird ein regelmäßiger Luftaustausch.

Wer selbst lüftet, sollte einige Grundregeln beachten: In einem Vier-Personen-Haushalt entstehen

durch die Atmung oder beim Kochen täglich rund zwölf Liter Wasser, die als Dampf an die Raumluft abgegeben werden – und diese feuchte Luft muss nach draußen. Wer Energie sparen und Schimmel vermeiden möchte, sollte deshalb zwei- bis viermal täglich für fünf bis zehn Minuten stoßlüften und am besten durch das Öffnen von gegenüberliegenden Fenstern für ordentlichen Durchzug sorgen. (mso/kf)