



Richtig Heizen und Lüften

Wie entstehen Stockflecken?

Jeder Mensch gibt Feuchtigkeit, beispielsweise beim Atmen, an die Raumluft ab. Beim Schlaf in der Nacht kann das bis zu einem Liter sein. Ebenso verdunstet Wasser im Wohnalltag zum Beispiel beim Kochen oder Duschen. Warme Luft kann viel Wasser aufnehmen. Ist die Luftfeuchtigkeit aber zu hoch, kondensiert das Wasser an den kältesten Oberflächen, wie im Decken- oder Fensterbereich. An diesen Stellen bilden sich Stockflecken und schlimmstenfalls Schimmel, wenn die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung nicht verringert wird.

Wie vermeide ich Stockflecken?

Durch ein konstantes Heizen und ein regelmäßiges Lüften sorgen Sie in der Wohnung für einen Luftaustausch. Die feuchte, warme Luft entweicht beim Lüften aus der Wohnung. Das anschließende Heizen erwärmt die Frischluft und sorgt dafür, dass neues verdunstetes Wasser aufgenommen werden kann. Ein richtiges Heiz- und Lüftverhalten verhindert Stockflecken!

Heizen und Lüften: So geht es richtig!

Richtiges Heizen und Lüften schont nicht nur Ihre Wohnung und die Umwelt, sondern auch Ihren Geldbeutel – mit unseren Tipps lassen sich Ihre Heizkosten reduzieren.

1 Heizen Sie konstant.

Empfohlen werden für Wohnräume 20 bis 21 °C (min. Ventilstellung 3), für Flure und Schlafräume 19 °C (min. Ventilstellung 2). Kein Raum sollte unter 19 °C warm sein!

2 Lüften Sie mehrmals täglich mit weit geöffnetem Fenster.

Lüften Sie drei- bis viermal am Tag für circa 5 Minuten (solange, bis die Fensterscheiben nicht mehr beschlagen sind). Öffnen Sie die Fenster weit (auch bei Regen und Frost) und sorgen Sie für Durchzug. Das führt zu einem schnellen und energiesparenden Luftaustausch.

Vermeiden Sie eine Dauerkippstellung der Fensterflügel. Insbesondere in der kalten Jahreszeit kühlt dadurch der Fensterbereich stark aus und es können sich Schimmelpilze bilden.

3 Drehen Sie beim Lüften die Heizung aus.

Schließen Sie während des Lüftens die Thermostatventile der Heizkörper. Das spart Energie. Vergessen Sie nicht, die Heizung nach dem Lüften wieder aufzudrehen, damit sich die eingeströmte Frischluft rasch erwärmen kann.

4 Stellen Sie ein Hygrometer auf.

Die ideale Raumluftfeuchte liegt zwischen 40 und 60 %. Eine Luftfeuchtigkeit über 60 % zeigt an, dass es Zeit zu Lüften ist. Bei Neubauten liegt diese in den ersten Jahren etwas höher. Hier ist noch stärker auf tägliches Lüften zu achten.

5 Lüften Sie direkt nach dem Aufstehen, Duschen und nach dem Kochen.

In den Schlafräumen entsteht bei geschlossenem Fenster schnell eine hohe Luftfeuchtigkeit, ebenso beim Kochen, Duschen oder Baden. Leiten Sie diese durch Lüften so rasch wie möglich aus Ihrer Wohnung. Nutzen Sie in Räumen ohne Fenster die Bedarfslüftung.

Zu viele Zimmerpflanzen erhöhen ebenfalls die Raumluftfeuchte. Im Schlafzimmer sollte daher

- 6 Trocknen Sie Wäsche im Trockenraum.**
Trocknen Sie keine Wäsche in der Wohnung. Die Luftfeuchtigkeit steigt durch die feuchte Wäsche schnell auf über 80 %. Stockflecken und Schimmelbildung sind die Folge. Nutzen Sie den Trockenraum, die Wäscheleinen auf dem Hof oder einen Trockner.
- 7 Stellen Sie Schränke mit Abstand zur Außenwand.**
Stellen Sie Schränke und andere große Möbelstücke nicht zu dicht an die Außenwände. Lassen Sie einen Zwischenraum von ca. 3 bis 5 cm. Dann kann die Luft besser zirkulieren.
- 8 Halten Sie die Heizkörper frei!**
Behindern Sie nicht die Wärmeabgabe der Heizkörper durch Verkleidungen, lange Vorhänge oder vorgestellte Möbel. Durch Wärmestau erhöhen sich die Wärmeverluste nach außen. Zudem registriert Ihr Heizkostenverteiler einen höheren Verbrauchsanteil.
- 9 Halten Sie die Türen geschlossen.**
Halten Sie Türen zu weniger beheizten Räumen stets geschlossen, sonst breitet sich die feuchte Luft in den kühleren Räumen aus und schlägt sich als Kondensat nieder.
- 10 Halten Sie die Fensterbänke frei und wasserfrei.**
Um die Fenster zum Lüften weit öffnen zu können, ist es ratsam, die Fensterbänke freizuhalten. Sollten die Fenster innen beschlagen oder feucht sein, wischen Sie dieses Wasser ab – auch von den Fensterbänken.

Was tun bei Stockflecken? – Feuchte und stockfleckige Tapete ausbessern

- /// Schneiden Sie die befallene Tapete mit einem scharfen Messer in einem großflächigen Umgriff, mindestens in der Breite der betroffenen Tapetenbahn auf. Lösen Sie die eingeschnittene Tapete vollständig von der Wand und entsorgen Sie diese mit dem Hausmüll.
- /// Reinigen Sie anschließend die betroffenen Stellen und die Umgebung möglichst staubfrei durch Absaugen. Wischen Sie den Wandputz hinter der abgelösten Tapete mit 70 – 80 % Ethylalkohol. Dieser als Brennspiritus bekannte Alkohol ist im Kinderzimmer sogar eher zu empfehlen als chemische Reiniger. *Während und nach der Anwendung gut lüften und nicht rauchen!*
- /// Nach ca. 1 Woche können Sie feststellen, dass der tapetenfreie Wandbereich (Wandputz) trocken ist.
- /// Tapezieren Sie den abgelösten Bereich fachgerecht neu.
- /// Streichen Sie die Tapete und den Umgebungsbereich vorzugsweise mit einer Silikatfarbe. Dabei handelt es sich um eine Farbe aus Naturmaterial, die wegen ihres hohen basischen Kalkgehalts wesentlich schimmelbeständiger ist.



Beseitigung von Stockflecken an Dichtungsfugen der Bad- und Küchenobjekte, in den Fensterrahmen und zwischen Fenster und Fensterbank

- /// Wischen Sie die entsprechenden Stellen zuerst feucht und anschließend mit 70 – 80 % Ethylalkohol bzw. Brennspiritus. *Während und nach der Anwendung gut lüften und nicht rauchen!*
- /// Wenn die Dichtungsfugen auch nach Reinigung nicht ansprechend aussehen, lösen Sie die Dichtungsmasse auf ganzer Länge aus der Fuge. Verfugen Sie neu mit »schimmelhemmender« Dichtungsmasse.

