



## Ungesundes feuchtes Raumklima

## Wohnungsgenossenschaft Mittweida eG

Wie wohl und behaglich wir uns in geschlossenen Räumen fühlen, hängt neben den baulichen Gegebenheiten maßgeblich vom Heiz- und Lüftungsverhalten ab.

Zu feuchte Raumluft	Zu trockene Raumluft
<ul style="list-style-type: none"><li>- Entstehung von Stockflecken</li><li>- Entstehung von Schimmelpilzen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Belastet Schleimhäute und Atmungsorgane</li></ul>

### Ursachen für feuchte Raumluft:

Quelle	Aktivität	Feuchteabgabe in Gramm/ Stunde
Mensch	Schlafen	40-50
	Leichte Aktivität	30-120
	Mittelschwere Arbeit	120-200
	Schwere Arbeit	200-300
Pflanzen	Topfpflanzen	5-15
	Mittelgroßer Gummibaum	10-20
Bad	Wannenbad	ca. 700
	Duschen	ca. 2600
Küche	Kochen	600-1500
	Geschirrspülmaschine	ca. 100
Wäsche	4,5 kg geschleudert	50-200
	4,5 kg tropfnass	100-500

### Lüftungszeitpunkt:

- ✓ Morgens und abends einen kompletten Luftwechsel durchführen, Fenster in den Zimmern weit öffnen und Durchzug schaffen
- ✓ Bei Abwesenheit (Berufstätigkeit etc.) am Tage reicht es, morgens und abends zu lüften
- ✓ In Zimmern, in denen sich tagsüber Personen aufgehalten haben, vormittags und nachmittags erneut lüften

### Lüftungsdauer:

- ✓ Einige Minuten sind meistens ausreichend

### Lüften:

- ✓ Quer durch die Wohnung lüften (Querlüftung) und die Fenster ganz öffnen (Stoßlüftung)  
→ **Kippstellung ist wirkungslos, verschwendet Heizenergie und führt u.U. zur Schimmelbildung!**
- ✓ Bei jedem Wetter, auch bei Regen lüften. Kalte Außenluft ist trockener als die warme Zimmerluft.
- ✓ Je kälter es draußen ist, desto kürzer muss gelüftet werden.
- ✓ Je kühler die Zimmerluft, desto mehr muss gelüftet werden.
- ✓ Bäder auf dem kürzesten Weg nach draußen lüften (außer IW 72).
- ✓ Beim Kochen, Wäsche trocknen und Bügeln, die Türen geschlossen halten und möglichst sofort lüften bzw. mehrmals

**Es empfiehlt sich, ein Thermo-Hygrometer im Haushalt zu haben, da es ein ideales Messinstrument zur Kontrolle des Raumklimas ist.**

