

Luftfeuchtigkeit

Es wird immer wieder auf die richtige Luftfeuchtigkeit hingewiesen, hier nun ein paar Richtlinien:
Eine Luftfeuchtigkeit in den Innenräumen von 45 – 55% bei einer Temperatur von 20 – 21°C ist optimal.
Während der Heizperiode liegt die Luftfeuchtigkeit in unseren Räumen oft nur bei 25 – 30%. Bei so niedrigen Werten kommt es leichter zu elektrostatischen Aufladungen, die Holzmöbel verziehen sich und die Lederpolster werden brüchig. Der Staub wirbelt stärker auf und Allergien und Erkältungen werden durch die Reizung der Schleimhäute begünstigt.

Um die Luftfeuchtigkeit zu erhöhen, kann man verschiedenes tun:

- Pflanzen aufstellen, sie verdampfen Wasser
- Boden und Wände mit atmungsaktiven Materialien verkleiden (keine Kunststofftapeten und -Böden, sie verhindern einen Feuchtigkeitsaustausch zwischen Mauern und Raumluft)
- Regelmäßiges und richtiges Lüften

Zimmerbrunnen und ähnliche Spenderquellen aufstellen.

Aber Vorsicht:

elektrische Luftbefeuchter sind häufig Bakterienschleudern und verteilen Keime und Schimmelsporen in der Luft. Beim Betrieb eines Feuchtigkeitsspenders muss dringend die Feuchtigkeit mit einem Hygrometer kontrolliert werden, sonst bekommt man plötzlich Probleme mit zu hoher Luftfeuchtigkeit.

Und damit sind wir bei dem anderen Problem: zu hohe Luftfeuchtigkeit.

Bei sehr hohen Temperaturen im Wohnraum und zu hoher Luftfeuchtigkeit, ist ein Schimmel pilzbefall sozusagen vorprogrammiert.

Wie aber kommt es zu einer hohen Luftfeuchtigkeit?

Da sind zuerst einmal bauliche Mängel anzusprechen:

Kältebrücken, undichte Dächer, nässende Kamine und schlecht isolierte Keller. Hier muss Rücksprache mit dem Hausherrn gehalten werden.

Eine weitere Quelle für zu hohe Feuchtigkeitswerte in den eigenen vier Wänden ist das persönliche Wohnverhalten. Baden, waschen, putzen, kochen und auch wir selber produzieren Feuchtigkeit. Diese kann nicht einfach verschwinden. Die mit Wasserdampf gesättigte Luft schlägt sich an kälteren Stellen (wie Außenwänden) nieder. Mit der Zeit entstehen feuchte Stellen. Hier hilft nur eins: Lüften, damit die feuchte Luft hinaus kann.