

Wie sollte geheizt werden und welche Raumlufttemperaturen sind günstig, um Schimmelbildung zu vermeiden?

Alle Räume ausreichend heizen!

Kalte Raumluft nimmt weniger Wasser auf als wärmere!

Schlafräume

Pro Nacht gibt jede Person etwa ein Viertel Liter Wasser an die Raumluft ab. Deshalb sollte die Raumlufttemperatur in Schlafräumen (sofern die Fenster nicht die ganze Nacht geöffnet sind) möglichst nicht unter 16 °C sinken.

Ungenutzte Räume

Auch über längere Zeiträume wenig oder nicht genutzte Räume sollten geringfügig beheizt werden.

Türen zu weniger beheizten Räumen geschlossen halten.

Es ist nicht sinnvoll, kühle Räume mit Luft aus wärmeren Räumen zu temperieren. Denn dadurch wird nicht nur Wärme, sondern auch Feuchte in den kühlen Raum getragen. Wenn sich die Luft dann abkühlt, steigt die relative Raumluftfeuchte und es besteht Gefahr, dass Schimmelpilze wachsen.

Heizung kann nachts oder bei längerer Abwesenheit gedrosselt werden.

Durch die Verringerung der Raumlufttemperatur – das geschieht nachts meist zentral über die Heizkesselanlage des Hauses – wird Energie gespart. Dabei muss aber der schon mehrfach erwähnte Zusammenhang mit der Raumluftfeuchte beachtet werden. Bei erhöhter Raumluftfeuchte sollte die Raumlufttemperatur nur abgesenkt werden, wenn ausreichend gelüftet wurde, um die Raumluft zu trocknen.

Wärmeabgabe der Heizkörper nicht behindern.

Sehr ungünstig ist es, wenn Heizkörper durch falsch angebrachte Verkleidung oder übergroße Fensterbänke verbaut oder durch Vorhänge bzw. Gardinen zugehängt sind. Im ungünstigsten Fall ist die gewünschte Raumlufttemperatur nicht mehr erreichbar.

Quelle: <https://www.umweltbundesamt.de/themen/gesundheit/umwelteinfluesse-auf-den-menschen/schimmel/richtig-heizen-schimmelbildung-vermeiden>