



RATGEBER FEUCHTIGKEIT UND SCHIMMEL

Feuchtigkeit und Schimmel in der Wohnung sind besonders für den Mieter ein Problem, da es nicht nur unschön anzusehen, sondern auch gesundheitsschädlich ist. Diesen „ungebetenen Gast“ möchte man schnell wieder loswerden. Doch dazu muss man erst einmal die Ursache der Entstehung kennen.

Wie entsteht Schimmel?

Schimmelpilze sind auf intensive Feuchtigkeit und zahlreiche Nährstoffe angewiesen. Diese sind in den Raufasertapeten und den Wandfarben enthalten. Während sie in trockenem Zustand unter Verschluss gehalten werden, bieten nasse Raufasertapeten den idealen Nährboden. Die Schimmelpilzsporen verteilen sich über die Luft im ganzen Raum und der Schimmel breitet sich aus. Besonders die Sporen des schwarzen Schimmelpilzes können allergische Reaktionen hervorrufen und zu Atemwegserkrankungen führen.

Wichtig ist: Richtiges Heizen und Lüften!

- **Richtig lüften**
Mehrere Male täglich die Fenster für 5-10 Minuten weit öffnen (Stoßlüften), damit die feuchtigkeitsbeladene Luft gegen frische ausgetauscht werden kann.
- **Richtig heizen**
Heizkörper in allen Räumen schwach eingeschaltet lassen & vor und nach Verlassen der Wohnung alle Räume durchlüften. Verbrauchte Luft ist schwerer zu erwärmen als frische Luft.

Wozu brauchen wir Frischluft?

Frischluft ist erforderlich, damit man den unterschiedlichen Witterungsbedingungen gegenüber resistenter ist. Menschen, die der Auffassung sind, dass vor allem Kinder in der kalten Jahreszeit nicht bei offenem Fenster schlafen sollten, liegen falsch, weil man erst durch den Ausschluss der Frischluftzufuhr seine Resistenz gegenüber Krankheiten verliert. Wer also über Müdigkeit nach dem Aufstehen, Unlust, Appetitlosigkeit und einer allgemeinen Anfälligkeit für Krankheiten klagt, sollte unbedingt ein Lüftungsminimum schaffen, um gesund leben zu können.

Nur, wenn die Raumluft ständig ausgetauscht wird, kann auch die Feuchtigkeit reguliert werden!

Schimmelbildung an verschiedenen Orten

Feuchtigkeit bildet sich in Wohnungen meist an sogenannten Kältebrücken, wo z. B. höhere Raumtemperaturen auf niedrige Außentemperaturen stoßen. Dies ist besonders in Raumecken der Fall. Aber auch der Übergang von Wand zu Decke kann eine Kältebrücke bilden. Ist es draußen kalt, kondensiert die feuchtigkeitsbelastete warme Raumluft hier besonders. Die Feuchtigkeit darf in Wohnräumen 60 % nicht übersteigen. Optimal sind 45 bis 50 % Luftfeuchtigkeit. Wer nicht genügend lüftet, riskiert, dass diese Feuchtigkeit von der Tapete aufgenommen und mangels Frischluft nicht wieder abgegeben wird. Es besteht auch die Möglichkeit, dass bauliche Mängel zu Feuchtigkeit in der Wohnung führen. Jedoch ist erfahrungsgemäß das falsche Lüftungsverhalten die häufigste Ursache für feuchte Wände und Schimmel.

Das wichtigste Kennzeichen für ein falsches Lüftungsverhalten sind nasse Fensterscheiben.

Typisches Fehlverhalten kann zu Schimmelbildung führen!

- **Fehler Nr. 1: falsches Lüften!**
Besonders im Winter wird nachts nicht mehr gelüftet, da es draußen kalt ist und man schließlich besonders sparsam im Energieverbrauch sein möchte. Im Schlaf gibt der Mensch aber ca. 1-2 Liter Flüssigkeit an die Raumluft ab. Ein Teil schlägt sich an Fenster und Wänden nieder.
- **Fehler Nr. 2: zu viele Bilder, Vorhänge und große Schränke direkt an der Wand**
Kleine Korkplättchen hinter die Bilder stecken, Vorhänge während des Lüftens öffnen und Schränke leicht von den Wänden rücken, damit die Luftzirkulation gegeben ist.
- **Fehler Nr. 3: Matratzen auf dem Boden**
Bei Matratzen, die ohne Bettgestell und Lattenrost auf dem Boden liegen, kommt es zur Kondensation. Die Matratze fängt an zu „schwitzen“, es wird feucht und muffig, was zu Schimmel führen kann.
- **Fehler Nr. 4: vielfaches Streichen der Wände**
In den Schlafräumen, im Badezimmer und in der Küche bildet sich durch die ständige Feuchtigkeit zuzufuhr Kondenswasser. Der Innenputz dient hierbei zur Aufnahme des Kondenswassers und gibt es an die Maueraußenteile ab, wo es verdunstet kann. Sind die Innenwände nun mehrmals oder sogar waschfest gestrichen, kann die Feuchtigkeit nicht entweichen und der Schimmel ist vorprogrammiert. In diesem Fall hilft nur verstärktes Lüften.

Wer sein Verhalten mit diesem Wissen ändert und sich an die Ratschläge hält, kann nicht nur die Materialien schonen, sondern auch Kosten sparen. Man wird sich gesünder und erholter fühlen und sein allgemeines Wohlbefinden steigern.