



*Unsere beste Energie
ist gesparte Energie.*

www.unserEner.de

Unser Ener-Presseservice – Abdruck kostenlos

Der Mensch braucht Frischluft

Wärmeschutz ist ein wesentlicher Eckpfeiler der Energieeinsparung. Das gilt für modernisierte Altbauten wie für moderne Neubauten gleichermaßen. Aber gerade bei perfekt abgedichteten Gebäuden muss auch der Luftaustausch gewährleistet sein. Denn wir alle brauchen Luft zum Leben – und zwar frische Luft. Energiesparen und Frischluft stehen dabei nicht im Widerspruch zueinander, vielmehr ergänzen sie sich clever.

In bewohnten Räumen entsteht immer Luftfeuchtigkeit - beim Kochen, Duschen oder auch beim Wäsche trocknen. Vor allem aber durch uns selbst, beim Atmen oder Schwitzen. An einem Tag entstehen in einem Drei-Personen-Haushalt bis zu acht Liter Feuchtigkeit, die an kühlen Wänden kondensieren. Diese Feuchtigkeit kann zu Bauschäden führen. Viel schlimmer jedoch ist, dass schlechte Luft auch die Gesundheit gefährden kann. Gerüche, Partikel oder gar Krankheitserreger in der Raumluft begünstigen Krankheiten und besonders die wachsende Zahl allergisch reagierender Menschen ist davon betroffen. Dort wo besonders viel Feuchtigkeit entsteht kann sich auch Schimmel bilden. Wichtig ist daher, dass Ihre Raumluft regelmäßig ausgetauscht wird.

Wärmeschutz dichtet Räume ab

Niedrigenergie-, Passiv- oder Nullenergiehäuser sparen Energie, weil sie die Wärme im Haus und die Kälte draußen halten. Das macht Sinn und ist auch so gewollt. Allerdings wird bei gut gedämmten Gebäuden Ihre Raumluft nicht mehr selbständig ausgetauscht. Das gilt auch für Altbauten, bei denen nach der energetischen Modernisierung abgedichtete Fenster, Türschlitze oder andere „Luftbrücken“ Energieverluste vermeiden sollen. „Dicht“ gegen Wärmeverlust, aber leider auch „dicht“ für Frischluft.

Der Luftaustausch wird durch die Luftwechselrate beschrieben. Sie gibt an, welcher Anteil der Luft je Stunde erneuert wird. In Wohngebäuden sollte die gesamte Raumluft alle zwei bis drei Stunden einmal erneuert werden. Der einfachste Weg hierfür ist „Stoßlüften“, das bedeutet das Fenster zwei bis dreimal am Tag weit zu öffnen. Im Frühjahr, Sommer und

Diesen Bericht können Sie kostenlos abdrucken.

Weitere Berichte zum Thema Energiesparen und das „Unser Ener“-Logo gibt es unter:
www.unserEner.de/presse.html oder bei German Lewizki • Fachpressekontakt Solarpraxis AG • Telefon: 0177 – 216 95 29 • E-Mail gl@solarpraxis.de



*Unsere beste Energie
ist gesparte Energie.*

www.unserEner.de

Unser Ener-Presseservice – Abdruck kostenlos

Herbst sollte Sie das Fenster für etwa 15 – 30 Minuten und im Winter für rund 15 – 20 Minuten öffnen. Auf keinen Fall sollten Sie ein Fenster dauernd gekippt lassen, denn diese „Kipplüftung“ verbraucht am meisten Energie.

Sie können den Abzug der feuchten und verbrauchten Luft auch mit Hilfe einer Lüftungsanlage erreichen. Das ist zuverlässig und Sie ersparen sich den Straßenlärm bei geöffnetem Fenster. Lüftungsanlagen sind auch für Allergiker besonders gut geeignet, denn die Anlage filtert zusätzlich Staub und Pollen heraus. Für die Frischluftzufuhr von draußen sorgen bei Lüftungsanlagen eingebaute Außenwanddurchlässe. Für die Luftzirkulation in der Wohnung werden in den Zwischenwänden sogenannte Überstromluftdurchlässe integriert.

Frischluft und Wärmerückgewinnung, eine sinnvolle Ergänzung

Eine ebenfalls intelligente Lösung sind Abluftanlagen mit Wärmerückgewinnung. Hierbei wird die kalte Frischluft durch die warme Abluft erwärmt, wodurch Sie zusätzliche Energie einsparen. Für einen möglichst hohen Wirkungsgrad sollten Sie sich für Anlagen mit einer Rückgewinnung von mindestens 80 Prozent entscheiden und diese während der Heizperiode maximal zwölf Stunden arbeiten lassen.

Weiterführende Informationen zu den Themen Lüften und energieeffizientes Bauen sowie Modernisieren allgemein finden Sie auf www.unserener.de.

„Unser Ener. Macht mit!“

Eine Kampagne des Ministeriums für Umwelt, Forsten und Verbraucherschutz Rheinland-Pfalz www.mufv.rlp.de

Diesen Bericht können Sie kostenlos abdrucken.

Weitere Berichte zum Thema Energiesparen und das „Unser Ener“-Logo gibt es unter:
www.unserEner.de/presse.html oder bei German Lewizki • Fachpressekontakt Solarpraxis AG • Telefon: 0177 – 216 95 29 • E-Mail gl@solarpraxis.de