

Je Luftdichter ein Gebäude ist, desto wichtiger ist regelmäßiges und bewusstes Lüften der Räume. Das hilft auch beim Energiesparen.

Die intelligenteste Art zu lüften ist das weit geöffnete Fenster, möglichst mit Durchzug zu einem anderen Fenster am anderen Ende der Wohnung. So reichen meist fünf Minuten für den vollständigen Luftaustausch.

Die Wirkung von gekippten Fenstern ist dagegen bescheiden. Der Luftaustausch dauert etwa fünf Mal so lange wie bei einer Stoßlüftung. In der kalten Jahreszeit ist das problematisch, da die Frischluft in einige Wohnbereiche kaum vordringt, dafür aber Wand und Boden in Fensternähe stark auskühlen. Das erhöht das Risiko der Schimmelbildung. Außerdem ist winterliche Dauerlüftung Energieverschwendung. Vier bis fünf Mal täglich sollte gelüftet werden. Zusätzlich sind die Fenster nach dem Duschen und Kochen zu öffnen, damit der Wasserdampf abziehen kann. Beim Duschen, Baden und Kochen sollten die Verbindungstüren zur Wohnung geschlossen bleiben. So verteilt sich die feuchtwarme Luft nicht in der ganzen Wohnung.