

05.01.2016 19:07 CET

Richtig Heizen und Lüften ist gar nicht so schwer: Schimmel und Infekten vorbeugen

(Januar 2016) Gerade in der Heizperiode ist es oft schwierig, für ein gesundes Raumklima zu sorgen. Wird nicht richtig geheizt und gelüftet, ist nicht nur die Infektanfälligkeit erhöht. Auch Schimmel macht sich gerne breit. Dem lässt sich gut vorbeugen, so die SIGNAL IDUNA.

Wenn es draußen regnet, schneit und friert, hat man es drinnen gerne schön warm. Aber wer es hier übertreibt, treibt nicht nur seine Heizkosten in die Höhe. Darüber hinaus sind überheizte Räume nicht selten zu trocken, was wiederum die Schleimhäute gar nicht gerne mögen: Sie trocknen aus und werden so zum Einfallstor für Krankheitserreger. Aber auch falsche Sparsamkeit ist nicht angezeigt: Sinkt die Raumtemperatur unter 16 °C, so kondensiert Feuchtigkeit an den Wänden, was wiederum einen guten Nährboden für Schimmelpilze schafft.

Hauptproblem ist aber gerade in der kalten Jahreszeit das richtige Lüften, um für den Luftaustausch in den Zimmern zu sorgen. Mindestens zwei-, dreimal am Tag sollte man „stoßlüften“, also die Fenster für rund fünf Minuten weit aufreißen und für Durchzug sorgen. Die Fenster dauerhaft „auf Kipp“ stehen zu lassen treibt nur die Heizkosten hoch, reicht aber nicht aus, um die Raumluft auszutauschen. Nach dem Duschen, Baden oder Kochen direkt lüften und die Tür geschlossen halten, damit sich die Feuchtigkeit nicht in der Wohnung verteilt, rät die SIGNAL IDUNA. Kondensfeuchte zum Beispiel an Glas- und Metallflächen zeigt an, dass die Raumfeuchtigkeit zu hoch ist. Dann muss – einfach gesagt – die feuchtigkeitsbeladene Raumluft hinaus und frische, trockene Luft hinein.

„Kalte“ Räume, wie beispielsweise das Schlafzimmer, sollten ebenfalls geschlossen bleiben, damit sich hier keine Feuchtigkeit aus den wärmeren

Zimmern an den Wänden niederschlägt. Generell sollte die Raumtemperatur nicht unter 16 °C sinken, die Luftfeuchtigkeit nicht über 60 Prozent steigen. Die SIGNAL IDUNA empfiehlt daher, auch selten benutzte Räume immer leicht zu heizen. So vermeidet man nicht nur die Schimmelbildung; auch der Geldbeutel wird's danken, denn es ist wesentlich teurer, ein richtig ausgekühltes Zimmer wieder aufzuheizen.

Die SIGNAL IDUNA Gruppe geht zurück auf kleine Krankenunterstützungskassen, die Handwerker und Gewerbetreibende vor über 100 Jahren in Dortmund und Hamburg gegründet hatten. Heute hält die SIGNAL IDUNA das gesamte Spektrum an Versicherungs- und Finanzdienstleistungen für alle Zielgruppen bereit.

Der Gleichordnungskonzern betreut mehr als zwölf Millionen Kunden und Verträge und erzielt Beitragseinnahmen in Höhe von rund sechs Milliarden Euro.

Weitere Informationen zur SIGNAL IDUNA Gruppe finden Sie auf www.signal-iduna.de

Kontaktpersonen



Claus Rehse

Pressekontakt

Pressereferent

stv. Pressesprecher Unfall- und Sachversicherungen

claus.rehse@signal-iduna.de

0231 135-4245