

## Das kleine 1x1 des Lüftens

Richtiges Lüften ist wichtig; darauf weisen die Stadtwerke Lippstadt im Hinblick auf die Ende September beginnende Heizsaison hin. „Viele Leute unterschätzen, wie viel Feuchtigkeit sich in einem Raum in relativ kurzer Zeit ansammeln kann“, sagt Martin Sandknop, Betriebsleiter Gas und Wasser bei den Stadtwerken Lippstadt. „Eine vierköpfige Familie gibt z.B. pro Tag bis zu zwölf Liter Wasser an die Umgebung ab. Hat man diese Zahl vor Augen, wird deutlich, wie wichtig regelmäßiges und vor allem richtiges Lüften ist.“

Unter „richtigem Lüften“ versteht der Stadtwerke-Experte das sogenannte Stoßlüften. Hierbei werden mehrmals täglich für fünf bis zehn Minuten die Fenster komplett geöffnet. Im Winter reicht auch eine kürzere Lüftungsperiode von zwei bis drei Minuten aus. „Die Hauptsache ist, man stellt die Fenster nicht dauerhaft auf Kipp“, erklärt Sandknop. „Die Luft kann dabei nicht zirkulieren, außerdem kühlen die Wände aus und die Heizkosten gehen durch die Decke.“

Wer hingegen gar nicht oder falsch lüftet, riskiert gerade in den Wintermonaten, dass sich Schimmel bildet. Ein feuchtes Raumklima bietet den Schimmelsporen und Pilzen ideale Bedingungen, um zu wachsen. Schimmel bildet sich vor allem gerne an den Stellen, an denen die Luft längere Zeit steht. Regelmäßiges Lüften ist deswegen unerlässlich. Nebenbei steigert frische Luft das Wohlbefinden in den eigenen vier Wänden und ist gut für die Gesundheit.

---