

FEUCHTIGKEIT UND SCHIMMEL IN DER WOHNUNG – WAS STECKT WIRKLICH DAHINTER?



Quelle: [www.istockphoto.com // AndreyPopov](https://www.istockphoto.com/de/AndreyPopov)

Feuchte Fenster, dunkle Flecken an den Wänden, muffiger Geruch hinter Möbeln – besonders im Bad, in der Küche oder im Schlafzimmer treten diese Probleme häufig auf. Gerade in der kalten Jahreszeit entsteht schnell der Eindruck: „*Da stimmt doch etwas mit dem Haus nicht. Das kommt bestimmt von außen – da muss der Vermieter ran!*“

So oder ähnlich meldete sich auch Frau Schulze bei unserer Wohnungsgenossenschaft. In ihrer Wohnung hatten sich hinter einem großen Kleiderschrank im Schlafzimmer feuchte Stellen und Schimmel gebildet. Ein Mitarbeiter kam zeitnah vorbei und überprüfte die Situation. Das Ergebnis überraschte Frau Schulze: Die Ursache lag nicht an der Bausubstanz, sondern am Heiz- und Lüftungsverhalten.

„*Ich mache doch alles wie früher!*“ Frau Schulze war irritiert: „*Ich heize und lüfte genauso wie in meiner alten Wohnung. Damals gab es keine Probleme – also muss die Feuchtigkeit doch von außen kommen.*“ Diese Annahme ist weit verbreitet. Tatsächlich haben sich die Wohnverhältnisse in den letzten Jahrzehnten stark verändert.

Wohnen damals und heute – ein großer Unterschied

Früher:

- Fenster und Türen waren weniger dicht
- Öfen sorgten für einen ständigen Luftzug Richtung Schornstein
- Wände, Tapeten und Möbel konnten Feuchtigkeit aufnehmen
- Viele Materialien bestanden aus Holz, Baumwolle oder Wolle
- Wohnungen waren meist durchgehend beheizt und bewohnt

Heute:

- Moderne, dicht schließende Fenster mit Isolierverglasung
- Zentralheizungen statt Einzelöfen
- Versiegelte Böden, beschichtete Tapeten und Möbeloberflächen
- Viele Textilien bestehen aus Kunstfasern
- Berufstätigkeit führt zu langen Abwesenheitszeiten
- Heizkosten werden bewusst gesenkt – oft durch Abschalten der Heizung tagsüber

Das Ergebnis: Feuchtigkeit bleibt in der Wohnung, wenn sie nicht gezielt abgeführt wird.

Woher kommt die Feuchtigkeit eigentlich?

WAS VIELE UNTERSCHÄTZEN: FEUCHTIGKEIT ENTSTEHT GANZ NORMAL DURCH DAS TÄGLICHE LEBEN.

- Ein Erwachsener gibt pro Nacht etwa 0,5 Liter Wasser an die Raumluft ab
- Zwei Personen kommen schnell auf 1–2 Liter
- Kochen, Duschen, Wäschewaschen und Zimmerpflanzen erhöhen die Luftfeuchte zusätzlich

Warme Luft kann viel Feuchtigkeit speichern. Kühlt sie ab, gibt sie diese wieder ab – als Kondenswasser an kalten Flächen wie Fenstern, Außenwänden oder

Möbelrückseiten. Ein bekanntes Beispiel: Beschlagene Autoscheiben im Winter oder ein kaltes Bad nach dem heißen Duschen.

Warum gerade das Schlafzimmer betroffen ist

Gerade im Schlafzimmer wird oft wenig oder gar nicht geheizt – aus dem Wunsch heraus, besser schlafen zu können oder Energie zu sparen. Doch kühle Luft kann weniger Feuchtigkeit aufnehmen.

Die Folge: Die Feuchtigkeit schlägt sich schneller an Wänden, Fenstern und Möbeln nieder.

ABHILFE SCHAFFT HIER NUR:

- regelmäßiges Lüften
- eine moderate Grundtemperatur

Das gilt umso mehr für Räume mit hoher Feuchtigkeitsbelastung wie Bad und Küche.

Feuchtigkeit von außen – oder doch nicht?

Ob Feuchtigkeit aus dem Gebäude oder aus der Raumluft stammt, lässt sich technisch eindeutig feststellen. Fachkräfte messen den Feuchtegehalt der Wand – oft genügt schon eine kleine Bohrprobe. Ist das Material im Inneren trocken, liegt die Ursache fast immer im Raumklima. Auch Frau Schulze musste einsehen: Die Wand war trocken – das Problem entstand im Inneren der Wohnung.

Richtig heizen – warum „gleichmäßig“ besser ist

Zentralheizungen funktionieren anders als alte Öfen. Sie arbeiten am effizientesten, wenn sie gleichmäßig und dauerhaft laufen.

WICHTIG ZU WISSEN:

- Kalte Wände fördern Kondenswasser
- Starkes Aufdrehen am Abend erwärmt nur die Luft, nicht die Wände
- Schnelles Aufheizen erzeugt Zugluft und ist gesundheitlich ungünstig
- Gleichmäßiges Heizen spart langfristig Heizkosten

Erfahrungen zeigen: Wohnungen, die konstant auf etwa 20 °C beheizt werden, verursachen oft geringere Kosten als Wohnungen mit stark schwankenden Temperaturen.

Richtig lüften – kurz, kräftig, gezielt

Lüften soll feuchte Luft nach draußen bringen – nicht die Wohnung auskühlen.

SO GEHT'S RICHTIG:

- Mehrmals täglich Stoßlüften (Fenster ganz öffnen)
- Dauer: etwa 5–10 Minuten
- Am besten mit Durchzug
- Heizkörper währenddessen herunterdrehen

NICHT EMPFEHLENSWERT:

- Fenster dauerhaft gekippt lassen
- Warme Luft in unbeheizte Räume strömen lassen (z. B. Flur)

Beim Stoßlüften tauscht sich die feuchte Raumluft schnell aus, während Wände und Möbel warm bleiben – der Raum heizt danach rasch wieder auf.

Unsere wichtigsten Tipps auf einen Blick

- Dauerlüften mit gekipptem Fenster vermeiden
- Mehrmals täglich kurz und intensiv lüften
- Alle Räume gleichmäßig beheizen (ca. 20 °C)
- Einzelne Räume stark heizen, andere auskühlen lassen
- Heizen und Lüften regelmäßig, nicht sporadisch

Oder kurz gesagt:

Lieber mäßig, aber konstant heizen – und lüften kurz, dafür gründlich.



Quelle: www.istockphoto.com // Hazal Ak