

Richtig lüften und verschatten

Den Sommer lieben alle – überhitzte Wohnungen hingegen keiner. Wer einen entsprechenden Sonnenschutz am und im Haus installiert, hat den ersten Schritt getan. Beim Verschatten und Lüften ist aber auch das Nutzerverhalten entscheidend. Hier einige Tipps, wie Sie der Hitze auch ohne Klimaanlage die Stirn bieten.

Wohnungen heizen sich auf, wenn mehr Wärme hereinkommt als hinausgeht. Vor allem, wenn die Sonne direkt in einen Raum scheint, wird es sehr schnell heiß. Im Sommer sind davon vor allem die Räume nach Westen und Südwesten betroffen. Denn diese Räume werden besonders lange von der Sonne beschienen. Auch Zimmer nach Osten heizen sich schnell auf, wenn morgens zwei oder drei Stunden die Sonne ungehindert hineinkommt – und da es im Lauf des Tages immer wärmer wird, bleibt die Hitze auch drin. Zur Mittagszeit ist es bekanntlich am heißesten. Die Sonne steht dann aber so hoch, dass die fast senkrechte Strahlung die Räume gar nicht erreicht. Hier reicht zur Verschattung oft schon ein weiter Dachüberstand.

1. Verschatten

Erste Hilfe gegen zu viel Sonnenhitze ist: Verschatten – und zwar, bevor die Sonne den Raum erreicht. Eine außen liegende Verschattung ist effektiver als eine innen liegende. Wer von innen verschattet, muss dafür sorgen, dass die zwischen Vorhang und Fenster entstehende Wärme direkt wieder hinausgelüftet wird. Also: erst das Fenster öffnen, dann den Vorhang beiseite ziehen.

2. Lüften

Wird es zu warm in einem Raum, sollte möglichst schnell gelüftet werden – denn Wände und schwere oder dunkle Möbel speichern die Wärme und geben sie wie ein Heizkörper wieder ab. Das erschwert die Kühlung der Wohnung. Ist es draußen schon wärmer als drinnen, hilft nur: abwarten und abends, nachts oder erst in den frühen Morgenstunden lüften. Wichtig hierbei: gegenüberliegende Fenster weit aufmachen – durch diese Querlüftung gelangt besonders schnell besonders viel frische Luft herein.

Ein ähnliches Prinzip ist der sogenannte Kamineffekt: Warme Luft steigt auf und zieht kühle nach. Hat man ein offenes Treppenhaus, kann es helfen, abends und morgens die Haustür und zugleich ein Fenster im oberen Geschoss zu öffnen – im Idealfall ein Dachflächenfenster auf der Schattenseite.

3. Fenster zu

Wenn im Lauf des Tages draußen 37 Grad zu erwarten sind, nützt es viel, die Wohnung morgens auf 25 Grad herunter zu

lüften und die Fenster dann konsequent geschlossen zu halten – natürlich in Kombination mit Verschattung.

4. Letzte Rettung

Neben einem Ventilator mildert auch das Aufhängen feuchter Tücher im Raum die Hitze zumindest vorübergehend etwas. Durch den Trocknungsvorgang wird der Luft Wärme entzogen. Ist schon alles zu spät, kann man noch versuchen, der Hitze „psychologisch“ zu begegnen. Zitronige, leichte Düfte sind hilfreich: Menthol, Lavendel oder Teebaumöl beispielsweise. Ein weiterer Trick ist die Farbwahl bei leichten Vorhängen und Gardinen: Mit hellen Farben aus dem blauen Farbspektrum wirkt der Raum kühler.



Helle, luftige Gardinen lassen den Raum kühler wirken.
Foto: Ado

Hier geht's zur Themenübersicht von
Wohnen & Leben: www.wul-infos.de

