

Prawidłowe ogrzewanie – prawidłowe wietrzenie Zdrowo mieszkać bez pleśni!

Richtig jheizen – richtig lüften - Polnisch

Z powodu warunków klimatycznych na naszej szerokości geograficznej, muszą pomieszczenia mieszkalne być ogrzewane przez okres dwóch trzecich całego roku, po to, aby utrzymać przyjemną temperaturę pokojową. Podczas zimowych miesięcy utrzymuje się w ogrzewanych mieszkaniach i domkach jednorodzinnych zwiększone niebezpieczeństwo powstawania pleśni. Wystąpienie pleśni może nie tylko doprowadzić do uszczerbku dobrego zdrowia i samopoczucia mieszkańców, lecz także do szkód w murach i fundamentach budynków.

Extra- dalsze wiadomości dla Państwa:

Pleśń powstaje przede wszystkim od wewnętrznej strony ścian zewnętrznych budynku – szczególnie w łazienkach, kuchniach i sypialniach – a także z tyłu, za dużymi meblami i obrazami. Zarodniki pleśni znajdują sprzyjające temu wilgotne miejsca i plamy od pleśni, które się w tych miejscach bardzo szybko rozwijają i unoszą w powietrzu, ponieważ tam mają doskonałą pożywkę, na której mogą świetnie rosnać i się rozwijać. W konsekwencji powstają bardzo często duże, ciemne powierzchnie pleśni, oraz zapach stęchlizny.

Pierwszy wniosek, że wilgotne miejsca lub inaczej zwane plamy pleśni powstają na skutek wody przenikającej z zewnątrz budynku jest bardzo często niewłaściwy, ponieważ w nadzwyczaj niewielu przypadkach woda przenika z zewnątrz. Przeważnie wilgoć przenika od środka pomieszczenia, a mianowicie z powietrza pokojowego:

powietrze posiada naturalną właściwość wchłaniania oraz magazynowania wody.

Stąd też powietrze otrzymuje pewną ilość wody w stanie niewidzialnej pary wodnej.

Ta zdolność powietrza, przyswajania wody lub wilgoci, w postaci pary wodnej i jej magazynowania, jest ograniczona i ściśle związana z ciśnieniem atmosferycznym oraz szczególnie z wysokością temperatury powietrza. Im większa temperatura powietrza, tym więcej wody lub wilgoci może powietrze wchłonąć i przez to, jest stosunkowo wyższa wilgotność powietrza.

Przykład: 1m³ powietrza o temperaturze 0°C może wchłonąć maximum 5 gram wody.

Przy temperaturze 20°C może powietrze wchłonąć i zmagazynować do 17 gram wody, natomiast przy 30°C aż do 30 gram wody na 1m³ powietrza.

W przypadku ochłodzenia powietrza bogatego w wilgoć, nie jest ono w stanie zatrzymać tej ilości zmagazynowanej wilgoci i tak zwany stopień nasycenia zostanie przekroczony. Wówczas odrzuca powietrze pewną część wilgoci: ta odrzucona wilgoć skrapla się i zamienia w wodę.

Proces skraplania zachodzi w tych miejscach pomieszczenia, które wykazują najniższą temperaturę na swojej powierzchni. W tych miejscach powietrze oziębia się najszybciej, co powoduje, że stopień nasycenia wilgotności zostaje w tym momencie przekroczony. Te miejsca znajdują się bardzo często przy ścianie zewnętrznej w kątach pokoju, przejścia ze ściany zewnętrznej do sufitu, a także przy nadprożach okiennych. Stąd też, nazywa się te miejsca, jako ciepłe lub chłodnicze mostki.

Także z tyłu, za dużymi meblami, obrazami i zasłonami, wilgoć może się skraplać, ponieważ tam powietrze nie posiada prawidłowej cyrkulacji i istniejąca wilgoć nie może być w dostatecznym stopniu odtransportowana.

Niewiele ludzi wie o tym, jak duże są ilości wody, które dziennie, przy normalnym używaniu mieszkania lub domu przez mieszkańców muszą być oddane i przez powietrze spowrotem wchłonięte: co noc podczas snu, każdy człowiek wchłania około jednego litra wody przez oddychanie płucami i skórą. Powietrze jest dodatkowo obciążone wilgocią przy: gotowaniu, zmywaniu naczyń, kąpieli, prysznicu, praniu, suszeniu bielizny i temu podobnych działaniach. Także kwiaty domowe ponoszą część odpowiedzialności za wilgotność powietrza, ponieważ największa część wody przy podlewaniu ulatnia się. W 4-osobowym gospodarstwie domowym uwalnia się dziennie około 15 litrów wilgoci, w postaci pary wodnej.

Podsumowanie:

Wilgoć, która została wchłonięta przez powietrze, musi być wydalona poprzez dostateczną i regularną wymianę powietrza w mieszkaniu, po to, by przy ochłodzeniu powietrza zapobiec tworzeniu się pleśni oraz szkód, które mogą powstać przez oddziaływanie wilgoci.

Jak ogrzewa się prawidłowo?

Poprzez właściwe ogrzewanie i wietrzenie, można nie tylko zaoszczędzić na energii, także zyskuje się na zdrowym powietrzu w mieszkaniu. Jeśli będą Państwo nasze wskazówki i porady przestrzegać, mogą Państwo sobie i wynajmującym zaoszczędzić wiele nieprzyjemności i kosztów. Przeważnie można zapobiec powstawaniu pleśni oraz dalszym szkodom budowlanym.

Nasze wskazówki i rady, odnośnie właściwego ogrzewania:

- Dostatecznie i bez przerw ogrzewać wszystkie pomieszczenia w mieszkaniu / domu. Ogrzewać również pomieszczenia, w których się nie zawsze przebywa albo faworyzuje niższe temperatury.
- Nie dopuszczać aby temperatury od wewnątrz powierzchni ścian zewnętrznych budynku spadły poniżej 17°C. Ponadto szczególnie ściany zewnętrzne potrzebują dostateczną cyrkulację powietrza. Dlatego nie powinni Państwo meble – przede wszystkim z zamkniętym cokołem – ustawiać za blisko ściany. Zasadniczo powinna być zachowana odległość od 5 cm – 10 cm między meblem a ścianą.
- Ciepło, które daje nam grzejnik nie powinno być blokowane przez meble, obudowy lub długie zasłony. Nie używać grzejników jako składnicy dla różnych przedmiotów. Przy nadmiernym nagromadzeniu się ciepła w pobliżu grzejnika rejestruje Państwa licznik ogrzewania około 10 – 20 % więcej pobranej energii, którą później Państwo muszą zapłacić.

- Drzwi od pomieszczeń, które są mniej ogrzewane powinny być zamknięte. Wyrównywanie temperatury w tych pomieszczeniach powinno być dokonane przez tam znajdujące się grzejniki. W przeciwnym razie przedostanie się wraz z ciepłym powietrzem, pochodzącym z bardziej ogrzanych pomieszczeń, za dużo wilgoci do chłodniejszych pomieszczeń, która się osadzi po schłodzeniu powietrza jako skropliny. Rośliny z dużymi liśćmi, o zwiększonej możliwości ulatniania się wody, powinny się znajdować w bardziej ogrzewanych pomieszczeniach.
- Suszenie mokrych ręczników oraz odzieży, powinno się odbywać w miarę możliwości na świeżym powietrzu. Dodatkowo powinni Państwo po użyciu, osuszyć mokre płytki okładzinowe, kabinę od prysznicu i wannę.
- Zasadniczo nie używać środków do konserwacji i uszlachetniania powierzchni ścian, przez tego typu tapety lub powłoki malarskie i.t.d., które mogą hamować i przeszkadzać w procesie „oddychania” ścian.

Jak wietrzy się prawidłowo?

Podarujcie Państwo więcej uwagi, by się dowiedzieć, w jaki sposób wietrzyć swoje mieszkanie. Wietrzenie służy nie tylko do wymiany zużytego powietrza przez świeże, higienicznie bez zarzutu powietrze, lecz także do odprowadzania wilgotnego powietrza z mieszkania. Proszę wietrzyć świadomie, w zależności od potrzeb. Podczas wietrzenia pewna część energii cieplnej jest gubiona, ale to musi być poświęcone w interesie zachowania zdrowego klimatu pomieszczeń do stosunku ochrony bryły budynku. Co prawda utrata energii cieplnej powinna być minimalna, podczas krótkiego, ale intensywnego wietrzenia. Dlatego powinni Państwo okna i drzwi na krótko, szeroko pootwierać, dodatkowo spowodować przeciąg i okna całkiem otworzyć, nie tylko przechylić. Po upływie pięciu do dziesięciu minut zostało wymienione zużyte, wilgotne powietrze pokojowe przez suche, świeże powietrze, które po krótkim czasie ocieplania jest znowu gotowe do wchłaniania pary wodnej. Takie wietrzenie powinno się odbywać kilka razy dziennie. Takie wietrzenie jest korzystne, ponieważ oddziela się tylko ciepło ze zużytego powietrza, gdzie podczas o wiele większe ilości ciepła zmagazynowane w ścianach i przedmiotach ciepło zachowują. To zmagazynowane ciepło po zamknięciu okien pomaga w szybkim ocieplaniu świeżego powietrza w pomieszczeniu.

Nasze wskazówki i rady odnośnie prawidłowego wietrzenia:

- W czasie okresu grzewczego nie powinno się „ciągle” wietrzyć przez uchylone okna lub drzwi, ponieważ przez to traci się za dużo ciepła. Tak się nie stanie, jeśli wietrzymy krótko, ale skutecznie.
- Rano krótko, ale intensywnie wietrzyć w miarę możliwości wszystkie pomieszczenia - przede wszystkim łazienkę i sypialnię. Podzielić wietrzenie w ciągu dnia około trzech do czterech razy, przez stworzenie przeciągu- przede wszystkim po gotowaniu posiłków, prysznicu lub kąpieli.
- W czasie wietrzenia powinni Państwo pozakręcać wyłączniki grzejnikowe-termostaty.

Ich zamknięcie powinno nastąpić tylko w czasie wietrzenia. Po jego zakończeniu wyłączniki grzejnikowe powinny być spowrotem odkręcone.