

LUFT UD – på den rigtige måde.

25. januar 2010

Hvorfor skal du udlufte?

- Fordi husstøvmider trives i fugtig luft. Op mod 10% af befolkningen er allergiske overfor husstøvmider, med symptomer som høfeber og astma.
- Fordi skimmelsvamp trives på de fugtige ydervægge som den fugtige luft forårsager. Skimmel er både et problem for ejendommen og for dig, du kan få gener selv om du ikke er allergisk overfor skimmelsvamp.

Hvornår skal du være særligt opmærksom på at udlufte?

Alle boliger skal luftes ud, men behovet stiger for hver af punkterne nedenfor:

- Dine vinduer dugger indvendigt, selv om det ikke er meget koldt udenfor.
- Dine ydervægge er kolde, med misfarvninger i hjørner.
- Du har høfeber, astma eller andre allergiproblemer.
- Der er ikke udsugning til det fri fra køkken og bad.
- Der bor mange personer (En voksen afgiver ca. 3 liter fugt i døgnet).
- Du har mange planter (Når du vander ender det meste som fugt i luften)
- Boligen er tæt møbleret eller har tæpper.
- Radiatorerne sidder ikke ved ydervæggene, men midt i rummet.
- Vinduer og døre er (heldigvis) tætte.

Hvad skal du helt undgå?

- Lad være med at tørre tøj i lejligheden.
- Hav ikke rum som altid har lukket dør.
- Læg låg på gryderne når du koger.
- Sæt ikke møbler tæt op ad ydervægge.
- Hav ikke et vindue på klem konstant f.eks. i bad eller soveværelse. Det sænker temperaturen i rummet, spilder varme og skifter ikke meget luft ud.
- Hold 20 grader i hele lejligheden.
- Hvis du vil sove køligt, så varm soveværelset op om dagen, luft ud, skru ned for varmen før du går i seng og hold døren lukket.

Hvordan lufter du ud?

- Åbn en vinduesramme i alle rum, både mod gade og gård.
- Alle vinduer skal være åbne samtidigt i ca. 5 minutter.
- Gøres om morgenen og aftenen, suppleret med eftermiddag om nødvendigt.
- Skal det være rigtig fint, så luk for radiatorerne imens.

Hvordan ved jeg om jeg har luftet rigtigt ud?

Du bør købe en digital luftfugtmåler som viser fugtigheden i % RF (Relativ Fugtighed). De er tit indbygget i vejrstationer og er ikke dyre.

Hvis du lufter rigtigt ud, er luftfugtigheden i alle vintermånederne under 45 %.

Det kan tage mange uger at få fugtigheden ned ved udluftning, så vær tålmodig og følg udviklingen på din fugtmåler. Selv om du lufter rigtigt ud, kan der stadig kunne komme kondens på dine vinduer når der er rigtig koldt – det skal du bare fjerne med en klud.

Med venlig hilsen

a4 arkitekter og ingeniører a/s

Eric Prescott

ep@a4.dk