



GUTACHTER
STEINBACH

Gratis
PDF
RATGEBER

KOSTENLOSER RATGEBER FÜR MIETER, VERMIETER UND EIGENTÜMER

Richtig heizen und lüften

Wie Schimmel gar nicht erst entsteht. Luftfeuchte, Temperaturen und Lüften verständlich erklärt, mit Lüftungsplan zum Ausdrucken.

- ✓ Die 6 häufigsten Fehler
- ✓ Lüftungsdauer nach Jahreszeit
- ✓ Richtige Temperatur je Raum
- ✓ Wann Lüften nicht mehr hilft

Michael Steinbach

Bausachverständiger und Immobilienbewerter
TÜV-SÜD-zertifizierter Gutachter

★★★★★ 4,9 von 5
www.gutachtersteinbach.de

VORWORT

Schimmel braucht Feuchtigkeit. Die kommt meist aus der Raumluft.

Jedes Jahr in der Heizsaison klingelt mein Telefon häufiger. Schwarze Flecken in der Zimmerecke, am Fenster oder hinter dem Schrank. Die erste Frage ist fast immer: Liegt es am Lüften oder am Gebäude?

Oft ist es eine Mischung aus beidem. In vielen Fällen lässt sich Schimmel aber mit einfachen Regeln vermeiden, wenn man versteht, was in der Wohnung passiert. Ein Haushalt mit vier Personen gibt durch Atmen, Kochen, Duschen und Pflanzen leicht 10 Liter Wasser am Tag an die Raumluft ab. Dieses Wasser muss wieder hinaus.

Dieser Ratgeber erklärt die Zusammenhänge verständlich, zeigt die häufigsten Fehler und gibt Ihnen einen Lüftungsplan zum Ausdrucken.

**Michael Steinbach**

Bausachverständiger und
Immobilienbewerter, TÜV-SÜD-
zertifizierter Gutachter

Warme Luft trägt mehr Wasser

Luft von 20 °C kann deutlich mehr Feuchtigkeit aufnehmen als kalte Luft. Kühlt sie an einer kalten Wand ab, steigt die relative Feuchte an der Oberfläche stark an.

Die Ecke ist am kältesten

Außenecken, Fensterlaibungen und Rollladenkästen kühlen besonders stark aus. Dort zeigt sich Schimmel zuerst.

Kalte Flächen sind kritisch

Schimmel kann schon wachsen, wenn die Luftfeuchte direkt an der Oberfläche über längere Zeit bei etwa 80 Prozent liegt. Dafür muss noch kein Wasser sichtbar sein.

Lüften tauscht Feuchte aus

Kalte Außenluft enthält wenig Wasser. Erwärmt sie sich im Raum, kann sie wieder Feuchtigkeit aufnehmen und beim nächsten Lüften hinaustragen.

WAS ICH IN DER PRAXIS IMMER WIEDER SEHE

1

**Das Fenster bleibt dauerhaft gekippt****WAS PASSIERT**

Über den Kippspalt tauscht sich kaum Luft aus. Dafür kühlen Laibung und Sturz neben dem Fenster stark aus. Genau dort bildet sich dann Schimmel, wie auf diesem Foto.

BESSER SO

Mehrmals am Tag für wenige Minuten weit öffnen, am besten gegenüberliegende Fenster gleichzeitig. Danach wieder ganz schließen.

Faustregel: Stoßlüften statt Kipplüften. Das spart Heizkosten und tauscht die feuchte Luft schneller aus.

2

**Möbel stehen direkt an der Außenwand****WAS PASSIERT**

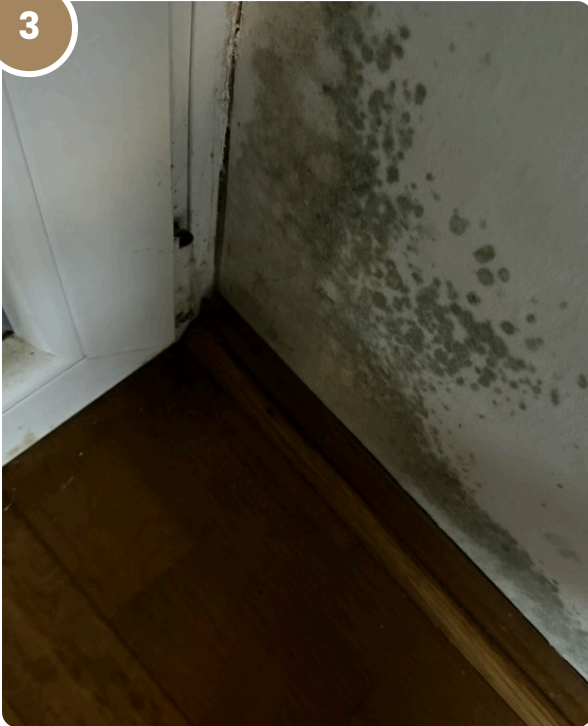
Hinter Schränken und Sofas zirkuliert keine warme Luft. Die Wand bleibt kalt, die Feuchtigkeit schlägt sich nieder. Oft sieht man den Schimmel erst beim Umzug, wie hier an der Schrankrückwand.

BESSER SO

Große Möbel an Außenwänden mit etwa 5 bis 10 cm Abstand aufstellen. Gerade in Altbauten sollten Außenecken frei bleiben.

Faustregel: Je kälter die Wand, desto mehr Abstand braucht das Möbelstück. Innenwände sind unproblematischer.

3



Kalte Räume werden über die Wohnung „mitgeheizt“

WAS PASSIERT

Das Schlafzimmer bleibt kalt, die Tür zum warmen Wohnzimmer steht offen. Die warme, feuchte Luft strömt hinein und kondensiert an den kalten Wänden, oft in Ecken und neben Balkontüren.

BESSER SO

Alle Räume beheizen, auch wenig genutzte. Türen zu kühleren Räumen geschlossen halten und diese Räume direkt lüften.

Faustregel: Auch das Schlafzimmer sollte nicht dauerhaft unter etwa 16 °C fallen.

4



Nach dem Duschen bleibt die Feuchte im Bad

WAS PASSIERT

Beim Duschen entsteht in kurzer Zeit sehr viel Feuchtigkeit. Ohne Fenster oder mit zu schwachem Lüfter verteilt sie sich in der Wohnung oder bleibt an Wänden und Fugen hängen.

BESSER SO

Direkt nach dem Duschen kräftig lüften, Wände und Fliesen kurz abziehen, Tür zur Wohnung geschlossen halten. Den Lüfter nachlaufen lassen.

Faustregel: Das Bad nach dem Duschen nicht zum Trocknen in die Wohnung öffnen, sondern nach außen lüften.

5



Kochen und Wäsche trocknen ohne Lüften

WAS PASSIERT

Kochen, Spülmaschine und Wäsche auf dem Ständer geben viel Wasser ab. Hinter Küchenzeilen an Außenwänden wie auf diesem Foto entdeckt man die Folgen oft erst beim Ausbau.

BESSER SO

Beim Kochen Deckel verwenden und die Abzugshaube nutzen, danach lüften. Wäsche möglichst draußen oder im Trockner trocknen, sonst im gut gelüfteten Raum.

Faustregel: Eine Ladung Wäsche gibt beim Trocknen mehr als einen Liter Wasser an die Raumluft ab.

6



Kalte Räume mit warmer Luft lüften

WAS PASSIERT

Warme, feuchte Luft zieht in kalte Dachböden und Keller und kondensiert dort an Holz und Mauerwerk. So entsteht Schimmel an Sparren wie hier oder an Kellerwänden im Sommer.

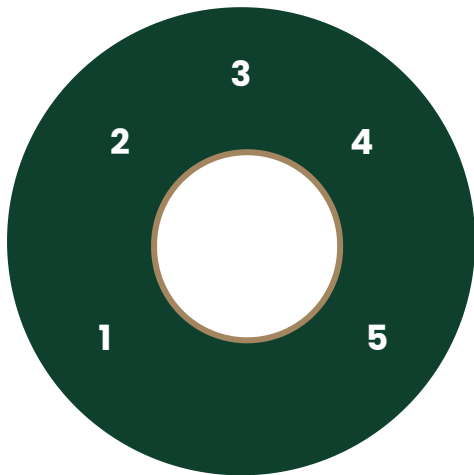
BESSER SO

Keller im Sommer nur lüften, wenn es draußen kühler ist, also früh morgens oder nachts. Bodenluken und Kellertüren geschlossen halten.

Faustregel: Kühle Räume nie mit wärmerer Außenluft lüften. Im Zweifel hilft ein Hygrometer.

TEMPERATUREN UND LÜFTUNGSDAUER

So viel Wärme braucht jeder Raum



Die Zahlen auf dem Thermostatkopf stehen für eine Raumtemperatur, nicht für die Heizleistung. Höher drehen heizt den Raum nicht schneller auf. Die Werte sind Richtwerte und können je nach Hersteller etwas abweichen.

Stufe 1	ca. 12 °C
Stufe 2	ca. 16 °C
Stufe 3	ca. 20 °C
Stufe 4	ca. 24 °C
Stufe 5	ca. 28 °C
Frostschutz (*)	ca. 5 °C

RAUM	EMPFOHLENE TEMPERATUR	HINWEIS
Wohn- und Kinderzimmer	20 bis 22 °C	Stufe 3 bis gut 3
Schlafzimmer	16 bis 18 °C	nicht dauerhaft unter 16 °C
Küche	18 bis 20 °C	nach dem Kochen lüften
Bad	22 bis 24 °C	nach dem Duschen nach außen lüften
Relative Luftfeuchte	40 bis 60 %	im Winter besser unter 55 %

Wie lange stoßlüften?

Je kälter es draußen ist, desto schneller ist die Luft ausgetauscht. Richtwerte für weit geöffnete Fenster, mehrmals täglich:

5 min Dez bis Feb	10 min März, Nov	15 min April, Okt	20 min Mai, Sep	25 min Juni bis Aug	3 bis 4× pro Tag
-----------------------------	----------------------------	-----------------------------	---------------------------	-------------------------------	----------------------------



WENN DIE URSACHE IM GEBÄUDE LIEGT

Wann Lüften nicht mehr hilft

Richtiges Heizen und Lüften verhindert viele Schimmelschäden. Es gibt aber typische Anzeichen dafür, dass die Ursache woanders liegt und eine Untersuchung sinnvoll ist:

Immer dieselbe Stelle

Der Schimmel kommt trotz richtigem Lüften immer an derselben Stelle zurück.

Feuchte von unten

Wände sind bis etwa 1 m Höhe feucht, Putz platzt ab oder es zeigen sich Salzränder.

Wasserränder

Braune Ränder an Decken oder Wänden deuten auf einen Wassereintrag von außen oder aus Leitungen hin.

Kalte Bauteile

Einzelne Ecken oder Laibungen sind spürbar kälter als die übrige Wand, typische Wärmebrücken.

Nach Sanierung

Neue Fenster in altem Mauerwerk: Die Luft wird dichter, die Wand bleibt kalt.

Großflächiger Befall

Mehr als eine Handfläche, mehrere Räume oder muffiger Geruch ohne sichtbare Quelle.

MIETER UND VERMIETER: FACHLICHE EINSCHÄTZUNG

Mieter müssen Schimmel dem Vermieter unverzüglich anzeigen (§ 536c BGB). Ob der Schimmel auf das Nutzerverhalten oder auf das Gebäude zurückgeht, ist häufig streitig. Was an Heizen und Lüften zumutbar ist, beurteilen Gerichte im Einzelfall. Wärmebrücken, die dem Baustandard zur Bauzeit entsprachen, begründen nach der Rechtsprechung des Bundesgerichtshofs für sich allein noch keinen Mangel (BGH, Urteile vom 05.12.2018, VIII ZR 271/17 und VIII ZR 67/18). Eine neutrale Messung von Raumklima, Oberflächentemperaturen und Materialfeuchte schafft hier eine sachliche Grundlage.

Diese Einschätzung erfolgt aus Sicht des Sachverständigen und ersetzt keine anwaltliche Rechtsberatung.

ZUM AUSDRUCKEN UND AN DEN KÜHLSCHRANK HÄNGEN

Ihr Lüftungsplan für die Heizsaison

Mit diesen Gewohnheiten bleibt die Luftfeuchte in der Wohnung im grünen Bereich.

Morgens

- ☐ Nach dem Aufstehen alle Räume stoßlüften
- ☐ Schlafzimmer besonders gründlich lüften
- ☐ Bad nach dem Duschen nach außen lüften
- ☐ Fenster danach wieder ganz schließen

Tagsüber

- ☐ Nach dem Kochen lüften
- ☐ Wäsche nicht im Wohnraum trocknen
- ☐ Bei Anwesenheit mittags einmal lüften
- ☐ Heizkörper nicht zustellen oder abdecken

Abends

- ☐ Vor dem Schlafengehen stoßlüften
- ☐ Türen zu kühleren Räumen schließen
- ☐ Schlafzimmer nicht unter etwa 16 °C
- ☐ Bei Abwesenheit Heizung nur absenken, nicht abschalten

Einmal pro Woche

- ☐ Luftfeuchte am Hygrometer ablesen
- ☐ Ecken, Laibungen und hinter Möbeln nachsehen
- ☐ Silikonfugen im Bad prüfen
- ☐ Erste Flecken früh fotografieren und melden

Sie halten sich an alles und der Schimmel kommt trotzdem wieder?
Dann ist eine Messung vor Ort der nächste Schritt.

[Jetzt anfragen →](#)

IHR NÄCHSTER SCHRITT

Messen statt raten.



Wenn sich Schimmel trotz richtigem Heizen und Lüften hält, finde ich mit Messtechnik heraus, woran es liegt. Neutral für Mieter, Vermieter und Eigentümer.

1

Kostenlose Ersteinschätzung

Sie schicken mir Fotos und eine kurze Beschreibung. Ich sage Ihnen, ob eine Untersuchung sinnvoll ist.

2

Messung vor Ort

Raumklima, Oberflächentemperaturen, Materialfeuchte und bei Bedarf Thermografie.

3

Schriftliches Gutachten

Klare Ursache und konkrete Empfehlung, was zu tun ist.

Klarheit statt gegenseitiger Schuldzuweisung.

Schimmelgutachten in NRW ab 399 €. Termin in der Regel innerhalb von 4 Tagen.

[Kostenlose Ersteinschätzung anfragen →](#)[Anrufen: 0228 30402970](#)**Bonn**

0228 30402970

Essen

0201 56574868

Hamburg

040 228972049

Info@gutachtersteinbach.de | www.gutachtersteinbach.de

Hinweis: Dieser Ratgeber dient der allgemeinen Information, Stand Oktober 2026. Die angegebenen Temperaturen, Luftfeuchten und Lüftungszeiten sind Richtwerte und ersetzen keine Untersuchung des konkreten Objekts. Rechtliche Ausführungen sind fachliche Einschätzungen aus Sicht des Sachverständigen und ersetzen keine Rechtsberatung. **Grundlagen:** DIN 4108-2 (Mindestanforderungen an den Wärmeschutz); Leitfaden zur Vorbeugung, Erfassung und Sanierung von Schimmelbefall in Gebäuden des Umweltbundesamtes; § 536c BGB; BGH, Urteile vom 05.12.2018, VIII ZR 271/17 und VIII ZR 67/18. Fotos aus eigenen Begutachtungen, Objektdaten anonymisiert.