

## Luft ud...

En tidssvarende bolig skal være tæt, så varmespild undgås. Men man må ikke overse at frisk luft – og dermed ventilation – er en betingelse for sundheden, både for beboerne og for huset. Af det følgende kan De læse om nogle råd, hvordan man undgår fugt i boligen så bygningsbeskadigelse undgås.

### Vi damper.

En gennemsnitsfamilie producerer hver dag ca. 15 l. vand i form af vanddamp. Vanddampen kommer dels fra beboerne selv (sved og udånding), dels fra brugen af køkken, badeværelse og tørring af tøj. Vanddampen skal ud af huset igen – hver dag. I en utæt bolig sker det af sig selv, men hvis boligen er tæt, må man selv gøre en indsats – se her, hvorfor og hvordan.

### Vand kan være skadeligt.

Hvis man ikke sørger for ordentlig ventilation, vil fugtigheden snart give problemer.

*Er fugtigheden for høj, lever de små husstøvmider særdeles godt – specielt i og omkring sengene.*

### Luft kan være farlig.

Dårlig ventilation kan også medføre andre gener end dem, der skyldes fugt. Der kan i boligen være luftarter, der er generende, allergifremkaldende. Bygningsmaterialer, inventar, tekstiler, lim og rengøringsmidler kan afgive sådanne luftarter.

*Formalehyd er et eksempel på en luftart, som kan genere slimhinderne, give hovedpine og måske endog risiko for kræft.*

### Sådan kan man se, om boligen mangler udluftning.

Hvis boligen er tæt og udluftning mangler, bliver luftfugtigheden for høj.

De sikreste tegn på for høj luftfugtighed er følgende:

- Dug på den indvendige side af termoruder og fortsatsvinduer.
- Skuffer og døre binder.
- Sur og muggen lugt.
- Mug og jordslåede pletter på kolde ydervægge.
- Råd og svamp i træværk.

### Luft ud!

*I mange boliger er det nok med en kraftig udluftning med gennemtræk i 5-10 min. 2-3 gange i døgnet – foruden jævnlig udluftning af badeværelse og køkken.*

I nye tætte boliger eller boliger, hvor der er sat nye vinduer i og udført tætningsarbejder, skal der mere til.

### Man kan selv begrænse luftfugtigheden.

#### Ventilation.

Sørg for at boligens ventilationssystem fungerer. Normalt er der aftræk i køkken og badeværelse samt friskluftindtag i vinduer/døre. Ventilationsåbninger skal være utildækkede og rene. Eventuelle mekaniske ventilatorer skal fungere.

### Madlavning.

*Læg låg på gryderne. Sørg for, at dampen kommer ud af boligen, f.eks. ved at emhætte eller ventilator i køkken bruges under og efter madlavningen.*

Har De ikke en af disse muligheder, bør vinduer eller ventilationsåbninger være åbne.

### Badning.

Sørg for god udluftning under og efter badning. Hold døren lukket til boligens andre rum. Aftør gulv og vægge efter bad.

### Tøjtørring.

Tøjtørring indendørs bør ske i begrænset omfang. Sørg efterfølgende for kraftig udluftning i rummet og sørg for opvarmning efter endt tøjtørring.

### Soveværelser.

Soverum er særlig udsat for fugt. Det er derfor særlig vigtigt, at soverummene er godt ventilerede, og at sengetøjet jævnligt bliver luftet. En moderat opvarmning kan desuden være nødvendig.

### Undgå alvorlige fugtskader.

#### Vand i vindueskarmen.

*Hvis man ikke kan undgå dug på den indvendige side af ruderne, må vandet tørres op med jævne mellemrum.*

*Uddrag af Energistyrelsens pjeces af november 1992 "Luft ud..."*

### Vigtig advarsel.

Disse råd kan afhjælpe fugt i boligen, således at bygningsdelene ikke tager skade.

Såfremt ovennævnte ikke afhjælper problemerne med fugt i boligen, kan boligselskabet kontaktes for opsætning af et hygrometer (luftfugtighedsmåler) i en periode. Det kan herefter konstateres om luftfugtigheden er i orden samt at varme og udluftning udføres på en korrekt måde.