

5. August 2024

Kühle Wohnung auch an heißen Tagen

Serie: DBU-Initiative „Zukunft Zuhause“ gibt Tipps für den Sommer

Osnabrück. Im Sommer ist die Hitze in manchen Häusern kaum zum Aushalten. Linderung bringt Kühlung an heißen Tagen – umso mehr, wenn sich auf diese Weise energieintensive Klimaanlage erübrigen. Welche Lösungen es gibt, stellt die Deutsche Bundesstiftung Umwelt (DBU) heute im nächsten Teil einer Serie vor – im Zusammenhang mit ihrer nationalen Informationskampagne „Zukunft Zuhause – Nachhaltig sanieren“. Sie soll einen kompakten und unabhängigen Überblick zum Thema Sanierung vermitteln. Adressaten sind Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer, die ihre Ein- oder Zweifamilienhäuser energetisch fit für die Zukunft machen wollen – von Dämmung bis Photovoltaik.

Gut gedämmtes Haus: im Winter warm, im Sommer kühl

An heißen Sommertagen können Außenwände von Gebäuden extrem heiß werden – mit Temperaturen von bis zu 70 Grad Celsius und auf dem Dach sogar über 80 Grad Celsius. Eine kluge Dämmung kann schon viel bewirken. Denn sind Gebäude nicht gedämmt, kommt vor allem die Hitze vom Dach schnell im Inneren an. Der Aufenthalt im Inneren wird dann nicht nur unangenehm, sondern kann zu einer ernsthaften gesundheitlichen Belastung werden. Wegen der Klimakrise werden Hitzewellen voraussichtlich zunehmen – ein effektiver Wärmeschutz für das eigene Zuhause wird deshalb immer wichtiger. Denn ein gut gedämmtes Haus bietet nicht nur im Winter Vorteile, sondern hält auch im Sommer die Innenräume kühl. „Besonders wichtig ist dabei die Dämmung von Dach und Fassade, da sie ansonsten am meisten Sonnenwärme aufnehmen und ins Innere leiten“, sagt DBU-Referent Andreas Skrypietz.

Naturdämmstoffe von Hanfwolle bis Holzfaser und Markisen mit Sensoren

Für die Dämmung des Dachs nutzt man nach seinen Worten am besten flexible, weiche Materialien wie Mineralwolle oder Naturdämmstoffe wie Zellulose, Hanfwolle und Holzfaser. Diese können zwischen oder unter die Sparren platziert werden. Auch eine Dämmung der Fassade lohnt sich. Dafür werden Dämmplatten an der Außenseite der Fassade angebracht und mit einem Putz oder einer Verkleidung versehen. Als Materialien bieten sich etwa Styropor-, Mineralfaser- und Holzweichfaserplatten an. Diese kommen auch zum Einsatz, wenn das Dach neu eingedeckt wird und eine Aufsparrendämmung den Wärmeschutz des bestehenden Dachstuhles verbessert. Viel Hitze gelangt zudem durch Fenster und Glastüren in die Wohnräume. Damit weniger Sonnenstrahlen eindringen, kann man zum Beispiel überhängende Balkone oder Dachvorsprünge bauen, die Schatten spenden. „Auch Rollläden, Markisen und Raffstores bieten guten Schutz vor intensiver Sonneneinstrahlung“, sagt Skrypietz. An Dachfenstern können Rollläden, Außenrollos oder Dachfenstermarkisen angebracht werden. Verfügbar sind mittlerweile auch Markisen, die über Sensoren erkennen, wie viel Licht in den Raum fällt. So lässt sich der Hitzeschutz automatisch anpassen.

Nr. 089/2024

Klaus Jongebloed

Lea Kessens

DBU-Pressestelle

An der Bornau 2
49090 Osnabrück
Telefon +49 541 9633-521
Mobil +49 171 3812888
presse@dbu.de
www.dbu.de



Reflektierende Sonnenschutzfolien innen und außen auf Fenster anbringen

Sind keine baulichen Veränderungen möglich, ist ein Sonnenschutz von innen sinnvoll. Ein Manko: Innen angebrachte Rollos, Plissees, Lamellen oder Falstores reflektieren im Vergleich zum äußeren Sonnenschutz lediglich einen Teil der Wärme. „Ein äußerer Sonnenschutz ist effektiver“, sagt Skrypietz. Preisgünstige Option seien reflektierende Sonnenschutzfolien, die von innen oder außen auf Fenster aufgebracht werden und UV-Strahlen sowie Wärme blockieren. Kühlung von Gebäuden ermöglichen auch Bäume oder Kletterpflanzen, die an Außenwänden und vor Fenstern wachsen und Schatten spenden. Skrypietz: „Auch eine Dach- und Fassadenbegrünung lohnt sich. Sie bietet Isolation gegen Hitze und verbessert das Mikroklima um das Gebäude.“

Auf die Wahl der Baustoffe kommt es an

Bereits bei der Wahl des Baustoffs sollte man laut Skrypietz den Schutz gegen Wärme oder gar Hitze berücksichtigen und auf Materialien wie Kalksandstein, Holz, Ziegel und Stein setzen. Denn natürliche Materialien verbessern nicht nur das Raumklima, sondern regulieren auch die Luftfeuchtigkeit und speichern Wärme. Steinmaterial auf dem Fußboden helfe, den Raum kühl zu halten. Ventilatoren seien zudem eine relativ nachhaltige Option zur Kühlung, „da sie deutlich weniger Energie als Klimaanlage verbrauchen und die gefühlte Temperatur durch Luftzirkulation senken“. Hochwertige Ventilatoren haben laut Skrypietz eine lange Lebensdauer und verursachen weniger Treibhausgasemissionen. Eine Rolle spielt dabei natürlich auch der Strommix des jeweiligen Haushaltes.

Wärmepumpen auch zum Kühlen

Einige Wärmepumpen sind nicht nur zum Heizen da, sondern auch zum Kühlen. Im Winter zieht die Wärmepumpe Wärme aus externen Quellen wie Luft, Wasser und Boden und gibt sie zum Heizen in den Innenraum ab. Im Sommer funktioniert dieser Prozess umgekehrt: Die Wärmepumpe entzieht dem Innenraum Wärme und leitet sie nach außen. Auch das richtige Lüften ist wichtig für die Raumkühlung. Am besten öffnet man die Fenster in den kühlen Morgenstunden und während der Nacht. Auf diese Weise gelangt die warme Luft mit der gespeicherten Wärme in Wänden, Böden und Decken nach draußen. Die Folge: Die Raumtemperaturen sinken, und es entsteht ein Wärmepuffer, der die Hitze des kommenden Tages abmildert. Wärmeschutz spart also Energie, weil man dank Sonnenschutzvorrichtungen und Gebäudedämmung auf energieintensive Klimaanlage verzichten kann. Dämmung verlängert zudem die Lebensdauer von Gebäuden, indem sie vor Temperaturschwankungen, Feuchtigkeit und anderen Umwelteinflüssen schützt.

Gesetzliche Vorgaben und Fördermöglichkeiten

Neubauten müssen die Vorgaben zum Schutz gegen Wärme im Gebäudeenergiegesetz (GEG) erfüllen. Diese gelten auch für Anbauten an Bestandsgebäuden, wenn diese 50 Quadratmeter überschreiten. Zuschüsse für energieeffiziente Bauweise erteilt das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA). Die Unterstützung beträgt dabei 15 Prozent der förderfähigen Kosten. Mit einem gültigen individuellen Sanierungsfahrplan, dem sogenannten iSFP, erhöht sich dieser Zuschuss auf 20 Prozent. Nur in Kombination mit der BAFA-Zuschusszusage für den sommerlichen Wärmeschutz kann ein KfW-Ergänzungskredit beantragt werden. Eigentümerinnen und Eigentümer können zudem maximal 150.000 Euro Kredit für eine Effizienzhaus-Sanierung inklusive Wärmeschutz bekommen. Skrypietz: „Wärmeschutz lohnt sich mehrfach: Er spart Energie, Geld und steigert das Wohlbefinden in den eigenen vier Wänden.“

Fotos nach IPTC-Standard zur kostenfreien Veröffentlichung unter www.dbu.de

<p>Nr. 089/2024 Klaus Jongbloed Lea Kessens</p>	<p>DBU-Pressestelle An der Bornau 2 49090 Osnabrück Telefon +49 541 9633-521 Mobil +49 171 3812888 presse@dbu.de www.dbu.de</p>	
--	---	--