

INFOBLAD: VENTILEREN

Vochtige lucht in uw woning is slecht voor uw gezondheid en ongunstig voor uw portemonnee. Onvoldoende ventilatie veroorzaakt schimmels en huisstofmijt. Dit kan leiden tot gezondheidsklachten. In veel gevallen moeilijk te herleiden. Ook veroorzaakt het meer last van astma en allergieën. Bovendien kost het verwarmen van vochtige lucht meer energie dan het verwarmen van droge lucht, wat hogere energiekosten met zich mee brengt. Genoeg redenen om goed te ventileren!

In een groot deel van de huishoudens wordt onvoldoende geventileerd. Zo'n tachtig procent van alle woningen bevat dan ook een schadelijke concentratie huisstofmijt en bijna twintig procent heeft last van vochtplekken en/of zichtbare schimmels. Slechts vijf procent van de Nederlanders ziet een slechte luchtkwaliteit in het eigen huis als een probleem, terwijl deze in veel gevallen dus onder de maat is. Ernstige vochtproblemen kenmerken zich door schimmelvorming en condens op de ruiten.

Wat is ventileren?

Een woning waarin geleefd wordt moet continue worden geventileerd, in iedere jaargetijde en in alle vertrekken. Ventilatie vindt plaats via de ventilatiesleuven in uw huis en zorgt voor minder vuile lucht in huis en constante luchtverversing. Bij ventileren zijn er tenminste twee openingen, tegenover elkaar, in een ruimte nodig, zoals ventilatieroosters of (klap)raampjes. Door deze openingen ontstaat er een ventilatiestroom waardoor de vochtige lucht wordt vervangen door drogere lucht. Ventileer ook bij vochtig weer of als u in een buurt woont waar veel luchtvervuiling is; buitenlucht is toch over het algemeen schoner en droger. Zet wel bij voorkeur altijd het raam open dat zich niet aan de straatkant bevindt. Naast ventileren is het ook aan te raden om regelmatig te spuien en te luchten.

Spuien en luchten

Om naast het continue ventileren van uw woning wat extra verse lucht in uw woning te krijgen, kunt u spuien of luchten. Bijvoorbeeld na het douchen, bij rook of een vieze lucht in uw woning. Bij luchten zet u één raam open. Bij spuien zet u gedurende 20 minuten of langer twee deuren of ramen tegenover elkaar open. Op deze manier ontstaat er een natuurlijke trek en is de luchtverversing optimaal. U kan deze trek nog stimuleren door in de richting van de beide openingen bijvoorbeeld een (hand)doek rond te waaien. Zet tijdens het luchten of spuien de verwarming op maximaal 15 graden.

Tips en tricks:

- Als u gaat douchen of koken, zet dan de mechanische ventilatie (indien aanwezig) op de hoogste stand en zorg ervoor dat de deur van de ruimte gesloten blijft.
- Zet de verwarming als u weg bent (of slaapt) niet lager dan 15 graden. Bij lagere temperaturen kan het vocht niet volledig verdampen. Hierdoor kan het vocht de woning niet uit.
- Zet uw meubels vrij van de muur zodat de lucht er ook achter kankomen.
- Gebruik na het douchen een wisser, droog de vloer en hang na het douchen de handdoek niet in de badkamer te drogen.
- Hang bij mooi weer de was buiten te drogen. Als u de was binnendroogt, doe dat dan in een goed geventileerde kamer.
- Een geiser produceert veel vocht. Bij deze installatie is het noodzakelijk om goed te ventileren.
- Zet tijdens het koken altijd de afzuigkap aan en houdt zo veel mogelijk de deksels op de pannen.
- Lucht uw slaapkamer na het slapen.
- Controleer regelmatig of uw mechanische ventilatie naar behoren werkt. U kunt dit doendoor in het vertrek een raam open te zetten en een papiertje tegen de afzuigmond van uw ventilatiekanaal te houden. Als het papiertje niet tegen de afzuigmond aan gezogen wordt, is waarschijnlijk uw kanaal verstopt of de ventilatie werkt niet naar behoren. Neem in dit geval contact op met het storingsnummer.
- Stook niet te zuinig waardoor het vocht niet verdampt en dus in de woning blijft.