Verbraucherzentrale Hamburg

Schimmel in der Wohnung - wie vorbeugen und entfernen?

Werden Wohnungen und Häuser nicht richtig gelüftet und ausreichend beheizt, kann Schimmel entstehen. Der Bewuchs auf Wänden oder Gegenständen sieht nicht nur unschön aus, sondern ist auch mit Gesundheitsrisiken verbunden. Wir beantworten die wichtigsten Fragen zum Thema.



© volkovslava - Fotolia.com

Stand: 28.11.2025

Ist es zu feucht in Haus oder Wohnung, kann dies zur Bildung von Schimmelpilzen führen – nicht nur in der kalten Jahreszeit. Mit einem kontrollierten Lüftungs- und Heizverhalten können Sie vorbeugen.

Was kann ich tun, um Schimmel vorzubeugen?

- Lassen Sie Ihre Räume nicht auskühlen. Kälter als 16 °C sollte es nicht sein. Je kälter die Luft, desto weniger Feuchtigkeit kann aufgenommen werden.
- Vor allem in Küche, Bad und Schlafzimmern entsteht viel Feuchtigkeit. Nach dem Aufstehen, Kochen, Baden oder Duschen sollten Sie daher stets gut lüften.
  Achtung: Haben Sie eine Wohnung im Keller oder Souterrain, lüften Sie nur, wenn die Außenluft trockener ist als die Innenluft.
- Prüfen Sie regelmäßig die Luftfeuchte in Ihren Räumen. Ein Thermo-Hygrometer, das Sie dafür benötigen, erhalten Sie bereits ab 10 Euro.

Außerdem: Rücken Sie Möbel ungefähr 5 bis 10 Zentimeter von kalten Außenwänden ab.

Wie lüfte ich richtig?

Lüften ist nicht gleich lüften. Stoßlüften mit weit geöffneten Fenstern ist optimal, um die Luft, die beispielsweise durch unangenehme Gerüche in Küche oder Toilette entsteht, schnell auszutauschen. Tipp: Drehen Sie beim Stoßlüften die Heizung rechtzeitig vorher runter. Der Einspareffekt ist am höchsten, wenn das heiße Wasser in den Heizkörpern schon abgekühlt ist.

Anders sieht es bei der Feuchtigkeit aus, die nach dem Duschen, Baden, Kochen oder Schlafen entsteht, da Wandoberflächen, Handtücher, Matratzen oder Bettdecken die Nässe noch länger speichern. Hier ist es besser, einmal komplett durchzulüften und anschließend das Fenster zwei bis drei Stunden auf Kipp zu lassen, damit die „Sorptionsfeuchte“ entweicht. Der damit verbundene Energieverlust ist gering, solange die Fenster nicht rund um die Uhr gekippt sind. Aber: In der Heizperiode sollten Sie die Dauerkippstellung der Fenster lieber vermeiden.

Im Winter ist Lüften doch sehr teuer, weil die kalte Luft immer wieder beheizt werden muss?

Nein, genau das Gegenteil ist der Fall: Kalte Außenluft enthält wenig Wasser, ist also trocken. Diese Luft lässt sich viel leichter erwärmen als Luft mit hoher Feuchtigkeit. Allerdings sollte man auch nicht länger als nötig lüften, da die Wände sonst auskühlen.

Wie heize ich effektiv?

Eine niedrigere Raumtemperatur trägt dazu bei, Energie einzusparen. Wichtig dabei ist, ausreichend zu lüften und die Feuchtigkeit in den Räumen zu kontrollieren. Auch sollten Sie die Türen zwischen unterschiedlich beheizten Räumen schließen, damit feuchte Luft nicht in kühlere Wohnräume gelangt und ein Schimmelproblem verursacht oder verschärft.

Verdecken Sie Heizkörper nicht durch Verkleidungen, Möbel oder Vorhänge. Nur so entfaltet ein Heizkörper seine volle Leistung und das Thermostatventil kann optimal funktionieren. Achten Sie zudem darauf, für jeden Raum die richtige Temperatur zu wählen:

- im Wohnzimmer und in der Küche reichen 18 bis 20 °C
- im Bad sollten es 20 bis 22 °C sein
- während im Schlafzimmer 18 °C für einen angenehmen Schlaf sorgen

Sowohl nachts als auch tagsüber, wenn niemand zu Hause ist, können Sie die Temperatur insgesamt senken. Wie stark Sie die Temperatur absenken können, hängt vom Feuchteniveau Ihrer Wohnung ab. Je trockener die Wohnung ist, umso niedriger kann die Temperatur sein. Daher sollten Sie Luftfeuchte und -temperatur stets zusammen betrachten, am besten mithilfe eines Thermo-/Hygrometers, der beide Größen gleichzeitig anzeigt.

Wie entsteht Feuchtigkeit und Schimmel?

Durch gewöhnliche Nutzung der Wohnung (Atmung und Schwitzen, Kochen, Duschen, Waschen, Wäsche trocknen, Pflanzen, Aquarien etc.) entstehen in einem 4-Personen-Haushalt täglich rund 12 Liter Feuchtigkeit in Form von Wasserdampf. Zusätzlich kann auch Feuchtigkeit von außen eindringen, etwa durch einen Baumangel.

Je nach Temperatur hat die Luft die Fähigkeit, eine unterschiedlich große Wassermenge aufzunehmen: je wärmer, desto mehr. Kann die Luft die Wassermenge nicht mehr binden, bildet sich Tauwasser. Dieses kann zu Feuchtigkeit und Schimmelbildung

führen.

Haben Sie mehr als zwei Wochen lang eine relative Feuchte von 80 Prozent an einer Wandoberfläche ist Schimmel vorprogrammiert.

Wie messe ich die Luftfeuchtigkeit?

Mit einem Thermo-Hygrometer können Sie die Luftfeuchtigkeit in Ihren Räumen messen. Die Geräte erhalten Sie bereits ab 10 Euro; in digitaler Form werden sie für etwa 20 Euro im Baumarkt angeboten. Die Angabe auf den Hygrometern erfolgt in Prozent. Messen Sie die Feuchtigkeitswerte am besten in der Raummitte. Um Schimmelbildung zu vermeiden, sollte die Luftfeuchtigkeit im Winter zwischen 30 und 45 Prozent, im Sommer zwischen 45 und 65 Prozent nicht übersteigen.

Was ist beim Überschreiten der Werte zu tun?

Lüften! Die feuchte Luft muss raus, frische, trockenere Luft rein, diese kann dann wieder Feuchtigkeit aufnehmen. Am besten Stoß- und Querlüftung durchführen.

- Stoßlüften: Fenster/Terrassentür ganz öffnen, nicht nur kippen.
- Querlüften: Alle Räume, wenn möglich, gleichzeitig öffnen, zusätzlich die Innentüren öffnen.

Im Winter reichen fünf bis zehn Minuten, im Sommer kann es 15 bis 30 Minuten dauern. Relevant ist hier letztlich die Hygrometer-Anzeige. Falls nicht anders möglich, sollte konsequent zweimal täglich morgens und abends gelüftet werden.

Außerdem: Nach dem Duschen die Fliesen mit einem Duschkabinen-Abwischer abziehen, um somit das Verdunsten der Wassertropfen zu vermeiden. Wäsche sollte auf keinen Fall in der Wohnung getrocknet werden. Auch bei Frost können Sie Wäsche draußen aufhängen. Sie trocknet auch in der kalten und trockenen Luft. Es dauert nur etwas länger.

Ich habe einen feuchten Fleck entdeckt, wird das zwangsläufig Schimmel?

Falls Sie die feuchte Stelle mit richtigem Heizen und Lüften oder gegebenenfalls auch Föhnwärme nicht wegbekommen, liegt vermutlich ein Schaden vor, der dringend behoben werden muss. Ursachen können defekte (Ab-)Wasserleitungen, ein undichtes Dach oder Mauerwerk sein. Bei Untätigkeit oder oberflächlicher Kaschierung droht die Gefahr von Schimmelbildung.

Kann ich Schimmel selbst entfernen?

Wenn die befallenen Flächen größer als einen halben Quadratmeter sind, sollten diese von einem Fachbetrieb saniert werden. Auch wenn der Schimmel immer wieder auftaucht, ist dies ein Zeichen dafür, dass es in der Wohnung ein größeres Feuchtigkeitsproblem gibt, das ursächlich behandelt werden muss. Kleinere Flächen kann man selbst angehen. Allerdings sollten Sie nicht auf Schimmelentferner mit Aktivchlor (Natriumhypochlorid) zurückgreifen, genauso wenig ist Essig geeignet. Am besten Ethylalkohol / Ethanol zum Abtöten der Schimmelpilzkeime nehmen. Den 70- bis 80-prozentigen Alkohol gibt es in der Apotheke. Aber Vorsicht: Hochprozentiger Alkohol ist leicht entzündlich, man muss also gut lüften und darauf achten, dass es keinen Funkenflug gibt. Glatte Oberflächen kann man einfach mit einem Haushaltsreiniger säubern. Den Wischlappen aber danach in den Müll werfen.

Sollte ich bei Schimmelbefall die Raumluft prüfen lassen?

Sobald der Befall mit bloßem Auge erkennbar ist und die betroffene Fläche mehr als 20 bis 50 Quadratzentimeter aufweist, kann auch ohne Analyse von einer Raumluftbelastung ausgegangen werden. Der befallene Bereich muss sachgerecht saniert werden, wobei in jedem Fall die Ursachen bekämpft werden müssen. Sollte eine Raumluftmessung nötig sein, gibt es hierfür spezielle Fachfirmen und Analyse-Institute.

Was mache ich, wenn ich Schimmel in meiner Mietwohnung entdecke?

Sie müssen dem Vermieter oder der Vermieterin schriftlich den Schimmel (Mangel) melden und zur Beseitigung in einer bestimmten Frist auffordern. Erst nach der Mängelanzeige entsteht – wenn berechtigt – ein Mietminderungsrecht. Nach Fristablauf entstehen eventuell weitere Ansprüche. Informationen hierzu erhalten Sie beispielsweise bei Mietervereinen.

Wir haben erst nach einer Fenstererneuerung Probleme mit Schimmel, woran liegt das?

Bevor die Fenster ausgetauscht wurden, waren die alten Fensterscheiben der kälteste Punkt im Raum, das Tauwasser bildete sich dort zuerst, war sichtbar und wurde ggf. abgewischt oder weggelüftet. Jetzt ist die Außenwand und im Besonderen die Außenwand-Ecken der kälteste Punkt und das anfallende Tauwasser dort nicht sichtbar. Gleichzeitig findet die permanente, unkontrollierte Fugen-Lüftung wie bei den alten Fenstern nicht mehr statt. Deshalb muss nach dem Einbau neuer Fenster anders gelüftet werden, doch das wird häufig nicht erläutert.

Wir haben in einem Neubau Probleme mit Schimmel, was sollten wir tun?

Eine mängelfreie Ausführung vorausgesetzt, handelt es sich um Neubaufeuchte. Häufig wird mit dem Einzug nicht gewartet, bis die Baufeuchte, die in der Bauzeit zum Beispiel durch Putz, Gips, Mörtel oder Estriche eingebracht wird, entwichen ist. Dies hat zur Folge, dass sich direkt nach Fertigstellung pro Quadratmeter Wohnfläche ca. 90 Liter Wasser in einem Neubau befinden. Diese Restfeuchte muss über konsequentes Lüften (das sogenannte Trockenwohnen) beseitigt werden. Im ersten Jahr ist in einem Neubau daher mit höheren Energiekosten zu rechnen.

BUCHTIPP

Unser **Ratgeber „Feuchtigkeit und Schimmelbildung“** gibt Ihnen ein nützliches Maßnahmenpaket an die Hand – von der Ursachenbekämpfung bis hin zur Frage, wie Sie qualifizierte Fachleute finden und wer gegebenenfalls die Kosten für die professionelle Beseitigung von Schäden übernimmt.

2. Auflage, 2023
Buch: 24 Euro | E-Book: 19,99 Euro
Jetzt bestellen

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/themen/bauen-immobilien-energie/feuchtigkeit-schimmel/schimmel-der-wohnung-wie-vorbeugen-entfernen