



Ventileren

Als het benauwd is bij u in huis, of wanneer u veel hoest en hoofdpijnklachten heeft en een duf gevoel, kan dit liggen aan te veel vocht in huis. Dit is heel eenvoudig op te lossen. Door te ventileren en te luchten, haalt u gezonde, frisse lucht in huis en verdwijnt vervuilde en vochtige lucht uit huis.

Te veel vocht en schadelijke stoffen

U produceert vocht in huis. Niet alleen door de lucht die u uitademt, maar ook koken, wassen, drogen, douchen en schoonmaken brengen veel vocht in de lucht. Zelfs uw huisdieren en planten zorgen voor vochtigheid. In vochtige woningen voelt de huisstofmijt zich thuis.

De ontlasting van deze mijt veroorzaakt bij veel mensen allergische klachten, zoals hoesten en benauwdheid. Ook kunt u last krijgen van schimmels op vochtige plekken, die uw gezondheid kunnen aantasten.

Daarnaast bevat de lucht allerlei schadelijke stoffen, zoals stoffen uit schoonmaakmiddelen en sigarettenrook.

Wat is ventileren?

Ventileren is het vervangen van binnenlucht door buitenlucht.

Oftewel: constant een frisse stroom lucht de woning binnenlaten.

Daarom heeft uw woning klepraampjes, ventilatieroosters of een mechanische ventilatie.

Hoe kunt u het beste ventileren?

(Klep)raampjes of ventilatieroosters

Zet de (klep)raampjes of ventilatieroosters altijd (een beetje) tegen elkaar open. Zoek uit bij welke stand er genoeg frisse lucht kan binnenkomen.

Let wel op dat u geen last heeft van tocht!

Mechanische ventilatie

Een mechanische ventilatie moet de hele dag in werking zijn op de lage of middelste stand.

Als u gaat koken, kunt u het beste een kwartier nadien de mechanische ventilatie in de hoogste stand zetten. Controleer af en toe wel of de mechanische ventilatie nog werkt.

Luchten

Luchten helpt goed om veel vocht snel af te voeren, bijvoorbeeld na het douchen (badkamer), het koken (keuken), voor het slapen gaan (woonkamer) of na het slapen (slaapkamer). U kunt het beste luchten door een deur of raam 20 minuten wijd open te zetten.

U ventileert voldoende, maar het blijft vochtig

Er zijn verschillende oorzaken mogelijk, zoals:

- U stookt op een te lage temperatuur, waardoor het vocht in huis niet volledig kan verdampen en daarom niet weg kan;
- De ventilatiekanalen in uw woning zijn verstopt;
- In uw woning wordt zoveel vocht geproduceerd, dat u dat ook met goed ventileren niet meer kwijt raakt. Dan zult u moeten proberen de vochtproductie in uw woning te beperken. U kunt bijvoorbeeld uw wasgoed buiten drogen of extra centrifugeren, geen gieter met water op de verwarming zetten en extra ventileren bij het douchen en koken.

Als u dit allemaal al geprobeerd heeft en toch nog vochtproblemen in uw woning houdt, neem dan contact met ons op om samen een oplossing te zoeken.

Gezonder voor hetzelfde geld

Door het ventileren en luchten gaan warmte en energie verloren. Maar de extra kosten die u hierdoor maakt, verdient u terug doordat het minder energie kost om een goed geventileerde woning op temperatuur te houden. Bovendien is het in een woning die niet vochtig is, veel prettiger. Houd daarom 's nachts de temperatuur op 15°C. Dat kost extra energie, maar minder energie dan wanneer u 's ochtends een koud, dus vochtig huis, moet opwarmen. Dus... het is voordeliger om elke dag wat frisse lucht op te warmen, dan een nat huis warm en comfortabel te stoken.

Vragen?

Neem gerust contact op met ons.

Laurentius

Telefoon 076-5644 644

Postbus 2199

4800 CD Breda

Email: oirschot@laurentiuswonen.nl

www.laurentiuswonen.nl/oirschot