

## **VOCHTOVERLAST EN VENTILATIE IN DE WONING**

**Soms hebben mensen last van vocht in hun woning. Vochtoverlast wordt meestal in een laat stadium ontdekt. Er komen schimmelplekken op de muur, behang laat los en verf bladdert af. Het is natuurlijk beter een vochtprobleem eerder aan te pakken. Er is sprake van vochtoverlast als uw dubbele beglazing lang beslagen blijft (beslaan van enkele glas is niet te voorkomen als het buiten koud is) of als er een bedompte lucht in huis hangt. Om vochtoverlast te voorkomen is het aan te raden uw woning te ventileren. Hier vindt u een aantal tips waarmee u de overlast van vocht tot een minimum kunt beperken.**

## HOE KOMT ER VOCHT IN UW WONING?

Vochtoverlast kan van buitenaf ontstaan. Nieuwbouwhuizen kunnen de eerste jaren last hebben van bouwvocht. Verder kan vocht ontstaan door lekkages of doorslaande muren.

Veel vaker komt het vocht van binnenuit. U kookt, doucht, stookt en misschien rookt u in de woning. Maar ook door transpiratie en ademen ontstaat er vocht. Eén persoon produceert ongeveer 1 à 2 liter vocht per dag door te ademen en te transpireren. In combinatie met douchen, koken enzovoort produceert een gemiddeld gezin ongeveer 12 liter vocht per dag.

## REDENEN VOOR VENTILATIE

Samen met het vocht komen er ook vaak schadelijke stoffen in de woning, die bijvoorbeeld allergieën of luchtwegaandoeningen kunnen veroorzaken. Om vocht en schadelijke stoffen goed af te voeren, is het aan te raden goed te ventileren.

Ventileren zorgt ervoor dat er voldoende zuurstof in de woning komt.

## LUCHTEN OF VENTILEREN?

Er is duidelijk een verschil tussen luchten en ventileren van een vertrek. Bij het luchten van een vertrek wordt er meestal even een raam open gezet om zo verse lucht binnen te krijgen. Als het een beetje waait, hoeft dit maar 10 minuten en bij grondig luchten maximaal 30 minuten. Een raam langer open laten verhoogt niet de frisheid, maar wel het energieverbruik. Draai daarom ook ruim van tevoren de radiatorcransen dicht of zet de thermostaat laag. Alleen luchten is echter niet voldoende in vertrekken waar constant mensen aanwezig zijn, omdat het effect kortdurend is. Ventileren is dan beter. Voor goede ventilatie is het belangrijk om een constante stroom van verse lucht te verwezenlijken. Sommige mensen willen liever geen raampje of rooster openzetten, omdat ze denken dat er dan meer gestookt moet worden. Dit is echter niet waar. Een woning met vochtige lucht kost veel meer om te verwarmen, dan een woning met droge lucht. Dus om energie en daarmee kosten te besparen is het verstandig de woning te ventileren door middel van een constante zwakke luchtstroom.

## TIPS OM DE WONING ZO GOED MOGELIJK TE VENTILEREN

- Houd ventilatieroosters boven de ramen open en maak deze zeker één keer per jaar aan de binnen- en buitenkant schoon. Dit kan met een stofzuiger. Vuil kan het rooster namelijk verstopen. Tevens is het voor astmapatiënten belangrijk dat de roosters schoon zijn.
- Is het buiten erg koud of waait het erg hard, sluit de roosters dan maximaal voor de helft.
- Als uw woning geen ventilatieroosters heeft, kunt u overdag het klepraampje boven een deur of raam openzetten.
- Heeft u houten kozijnen zet dan een kierstandhouder op uw draai- of klepramen (eventueel met slot), zodat u deze makkelijk op een kiertje kunt laten staan.
- Zorg voor minstens twee openingen voor de afvoer, maar ook voor de toevoer van verse lucht door een raampje, luikje, ventilatierooster of -schuif.
- Sluit binnendeuren niet kierdicht af. Plaats dus geen tochtstrippen, of haal ze er af als ze er al zitten.
- Zorg dat er voldoende lucht langs de overgordijnen kan als die dichtzitten.
- Laat de lucht circuleren rond kasten die tegen een buitenmuur staan opgesteld door kasten vrij te plaatsen van de wand.
- Heeft u een mechanisch ventilatiesysteem zet deze dan niet uit. Het ventilatiesysteem is gebaseerd op een continue afzuiging. Schakel het systeem tijdig naar een hogere stand als u gaat douchen of koken.
- Gasapparaten en openhaarden verbruiken zuurstof uit de lucht. Ze hebben dus, als ze in bedrijf zijn, voortdurend frisse lucht nodig. De speciaal daarvoor aangebrachte ventilatieopeningen mogen niet dicht worden gemaakt.
- Zorg ervoor dat uw gastoestellen regelmatig een onderhoudsbeurt krijgen. Dit is van groot belang voor een goede verbranding, met name bij een afvoerloze geiser.
- Laat het wasgoed zoveel mogelijk buiten drogen. Wanneer dit niet mogelijk is, zet dan bij het drogen van wasgoed een extra raampje open.
- Wordt er in huis gerookt? Zorg dan voor extra ventilatie.

- Zet in de winter de verwarming 's nachts niet helemaal uit, zodat het gehele huis niet te koud wordt en het water in de leidingen en radiatoren blijft circuleren.
- Als u 's morgens een uurtje op 20 graden gestookt heeft, doe dan de verwarming uit en zet de ramen een kwartier lang tegen elkaar open. De warme lucht in de kamer bevat veel waterdamp en die verdwijnt zo naar buiten. Als u dit in elke kamer doet, kunt u veel vochtoverlast voorkomen.

### **TIPS VOOR VENTILATIE IN DE KEUKEN**

- Bij het gebruik van een afzuigkap in de keuken moet er wel voldoende luchttoevoer zijn, door een raam, een rooster in de buitenmuur of vanuit de woonkamer.
- Vervang de kunststoffilters in uw afzuigkap op tijd, want door vervuiling neemt de capaciteit van het toestel af. Als u metalen filters heeft kunt u ze in de afwasmachine doen of regelmatig schoonmaken met een sopje.

### **TIPS VOOR VENTILATIE IN DE BADKAMER**

- Als u klaar bent met douchen, zet dan 15 tot 30 minuten een raam open of de ventilator aan en houd hierbij de badkamerdeur dicht. Als uw badkamer geen raam of ventilator heeft, laat dan de deur even openstaan maar zorg ervoor dat er een ander raam, bijvoorbeeld in de slaapkamer, openstaat zodat de vochtigheid naar buiten kan.
- U kunt de hoeveelheid vocht die moet verdampen beperken door na het douchen en baden de wand en vloertegels droog te maken (bijvoorbeeld met een rubber raamtrekker).
- Zorg ervoor dat de badkamer niet te koud wordt. Dat kan door niet langdurig te luchten en door de badkamer in de winter te verwarmen.
- Vervang een schimmelgevoelige wandafwerking door ongevoeliger materiaal. Dat kan bijvoorbeeld door een schimmelwerende muurverf te nemen die met water afneembaar is. Voordat u deze muurverf aanbrengt dient de muur goed met een schimmeldodend middel (soda) te worden schoongemaakt.

### **MECHANISCHE VENTILATIE**

In veel woningen van Mercatus zit een mechanisch ventilatiesysteem. Ventileren is belangrijk voor een goede luchtverversing en een goed leefklimaat binnen de woning. Schakel het systeem daarom nooit uit.

In de keuken zit een 3-standenschakelaar waarmee u het systeem harder of zachter kunt laten draaien.

Stand 1: laag (nachtstand)  
Stand 2: midden (dagstand)  
Stand 3: hoog (piekstand)

Bij piekbelastingen zoals tijdens het koken of douchen kunt u een hogere stand inschakelen. De laagste stand is de nachtstand, voldoende voor permanente ventilatie. Bij de unit van de mechanische ventilatie treft u een gebruiksaanwijzing aan.

Let op! Op een mechanisch ventilatiesysteem mag nooit een wasemkap met motor worden aangesloten. In de keuken zijn twee afzuigventielen aanwezig. Hiervan kan er één worden gebruikt voor een motorloze wasemkap. Wilt u toch gebruik maken van een wasemkap met motor, dan adviseren wij u een doorvoer naar buiten te maken. Deze verandering aan de woning dient u vooraf aan te vragen bij Mercatus.