

Ventiler bør være åpne om vinteren

Hvis ikke kan det gi både dårlig inneklima og føre til heksesot.

Om vinteren velger mange av oss å lukke alt av ventiler for å stenge kulda ute. Det kan være å gjøre boligen din en bjørnetjeneste.

Ifølge Sintef Byggforsk bør nemlig ventilene stå åpne hele året.

Åpne ventiler gir bedre inneklima

Velger man å stenge igjen alt av ventiler om vinteren, kan luftskiftet i boligen bli for lite. Dette kan føre til at fukt hoper seg opp, og kan i tillegg gi opphopning av uheldige stoffer og gasser fra alt vi omgir oss med. Resultatet er et dårlig inneklima.

Så ofte bør du lufte:



Les også: [Slik unngår du at det dugger inne](#)

En enkel måte å oppdage om ventilasjonen er for dårlig, er å se etter innvendig dugg eller rim på vinduene. Men du trenger ikke å ventilere mer om vinteren enn på sommerhalvåret.

– Hvis ventilene gir nok ventilasjon ellers i året, er det nok å la ventiler stå åpne. Den naturlige ventilasjonen øker med temperaturforskjellen inne/ute, så man trenger ikke å ventilere mer når det er kaldt, heller tvert om, forteller Mads Mysen, seniorforsker i Sintef Byggforsk til DinSide.

Ikke minst bør de som har etterisolert være nøye med god ventilasjon, ettersom boligen da normalt sett blir tettere.

– Dette betyr mindre utilsiktet ventilasjon som kan gi behov for mer annen ventilasjon. Man bør vurdere å installere [balansert ventilasjon](#) når man etterisolerer, for eksempel med et ventilasjonsaggregat, sier Mysen.

Dårlig ventilasjon kan gi heksesot



Litt dugg på vinduene kan enkelt tørkes bort. Langt verre er det med heksesot. (Illustrasjonsfoto: Mycoteam)

Et annet problem som har bredt om seg i norske boliger de siste årene, er såkalt [heksesot](#). Også her kan du gjøre sjansen mindre for å få dette i hus selv, kun ved å sette opp ventilene.

For selv om det ifølge Mysen er sammensatte årsaker til at heksesot dannes og setter seg i tak eller på vegger, er det et fellestrekk som går igjen.

– Et fellestrekk ved denne typen sverteskader er at de forekommer sammen med partikler i inneluft og SVOC (Semi Volatile Organic Compounds), som er tungt flyktige organiske forbindelser. **Ventilasjon tynner ut mengden partikler og SVOC og bidrar dermed til redusert risiko for heksesot**, forteller Mysen.



FUKTIG: Dersom vinduet ditt ser slik ut bør du sjekke ventilasjonen eller om vinduet ditt lekker. Er det fuktig for lenge, risikerer du muggvekst. (Foto: Silje Ulveseth)

Har du noen gang opplevd at det dugger på vinduet inne på soverommet, kjøkkenet eller badet? Kondens på vinduer betyr at luftfuktigheten inne er for høy i forhold til luftskiftet, ifølge inneklima.com

Det er mange faktorer som gjør at luftfuktigheten skyter til værs. Alt fra matlaging, dusjing, tøyvask, potteplanter, pust og svette gjør at det blir høy luftfuktighet.

Dårlige vinduer ødelegger husets isoleringsevne [Er det på tide å skifte vinduer?](#)

Sjekk ventilasjonen først

Dugg på innsiden av vinduet er sjelden noe å rope hurra for. Spesielt dersom det skjer i et rom som normalt skal være tørt. Når vi går inn i den kalde delen av året merker du om du virkelig har et problem.

– Det er som regel et tegn på for dårlig ventilasjon. Fuktigheten som blir produsert har ikke blitt fraktet ut.

Så hva bør du gjøre dersom du ser at det dugger ofte på innsiden av vinduet?

– Sjekk ventilasjonen.

Kanskje du har stengt ventilene eller at det har samlet seg støv og skitt i ventilene. Dersom rutene og vinduskarmene er fuktige lenge, risikerer du å ende opp med skade både vinduet og inne klimaet.

Sjekk bak sengen også

Les mer:

SINTEF Byggforsk har sammen med byggenæringen i mer enn 50 år gjort kunnskap tilgjengelig og anvendbar gjennom Byggforskserien, byggenæringens kvalitetsnorm. [Byggforskserien](#) angir dokumenterte løsninger som kan benyttes for å tilfredsstille funksjonskravene i Byggteknisk forskrift (TEK10) til plan- og bygningsloven. Denne brukes som dokumentasjon i byggesaken, som underlag for kontrollplaner og sjekklister, og til generell kompetanseutvikling.

Les også mer i boken ["Bedre inneklima i boligen"](#), som tar for seg mye man kan ordne selv, og litt om det man bør overlate til fagfolk.

– Dersom du har dugg på vinduet hele vinteren, kan det komme muggvekst. Det gjelder også dersom du har en seng som presser mot ytterveggen og det er dårlig ventilasjon. Da kan det lett oppstå kondens, forteller seniorrådgiveren.

Hans råd er å ha en liten luftspalte mellom senga og veggen, slik at du unngår denne kondensen og slipper å få en uhyggelig overraskelse neste gang du flytter på senga.

Dersom du vil unngå kondens, bør du holde romtemperaturen så konstant som mulig. Ifølge [velux.no](#) er du neppe plaget med kondens på vinduene hvis romtemperaturen er på 21 grader og fuktigheten ligger på 40 prosent i rommet. Men for å få dette til, må du altså ha god ventilasjon.

Er det kondens på vinduer (f.eks. i soverom eller klasserom) betyr det at luftfuktigheten inne er for høy i forhold til luftskiftet.

Kondens fører ofte til dypere fuktskade og gir gode vekstforhold for muggsopper. Avgassing fra en del materialer øker med høy luftfuktighet, f.eks av formaldehyd.

Luftfuktigheten inne avhenger i stor grad av luftfuktigheten ute og ved vinduslufting og vanlig mekanisk ventilasjon blir det ofte balanse i RF ute og inne. Ofte ligger RF inne 10-20 % høyere - unntatt ved høye innetemperaturer.

I moderne husholdninger brukes det mye vann som kan øke luftfuktigheten inne når det ellers er lav luftfuktighet ute. Dusjing, oppvask og oppvaskmaskiner, klesvask og tørking, tørketromler mm gir ofte et uønsket overskudd av fuktighet. Vi mennesker selv avgir også mye fuktighet til luften : ca 40 g vann pr time ved lav aktivitet (særlig aktuelt i dårlig ventilerte yrkesbygg, barnehager og skoler). Når det har vært lange perioder med fuktige værtyper, og det så blir tørt og klart vær, er det lurt å gjennomluften bygningen for å få luftfuktigheten inne ned. Ved bruk av aktive ventilasjonssystemer skjer slik gjennomlufting hele tiden.

Høy luftfuktighet kan lett gi kondens på kjølige flater og dermed fuktskade, som stimulerer vekst av midd og mikroorganismer (særlig muggsopper) som kan bidra til sykdomsutvikling.