

Pressemitteilung

01.07.2025

Überhitzung von Wohnräumen vermeiden Sommerlicher Wärmeschutz bei Gebäuden

Angesichts der sommerlichen Temperaturen steigt der Bedarf an effektiven Hitzeschutzmaßnahmen. Vor allem ältere, nicht ausreichend wärmegeämmte Gebäude sind betroffen. Ein vorausschauender Wärmeschutz schafft hier Abhilfe und ist energetisch betrachtet besser als Klimaanlage, die viel Strom verbrauchen. Das Landratsamt Mühldorf a. Inn gibt Tipps zur Vorsorge für Eigenheime und Mietwohnungen.

Um im Sommer eine Überwärmung von Dachräumen zu verhindern, ist eine starke Dämmwirkung die wichtigste Eigenschaft. Durch die anhaltende Sonneneinstrahlung heizen sich Dachziegel sehr stark auf. Sind die Dachflächen nun nicht gedämmt und nicht luftdicht ausgeführt, heizen sich die Räume darunter auf. Aus diesem Grund sind Wohnräume unter Dächern häufiger und stärker von Überhitzung betroffen. Eine nachträgliche Wärmedämmung in Verbindung mit einer luftdichten Konstruktion kann daher in erheblichem Maße helfen, um die in der Nähe der Dacheindeckung aufgeheizte Luft draußen zu halten. Günstig ist außerdem ein flexibles Material, das sich an Unebenheiten gut anpasst. Außerdem führen Dämmmaterialien mit hoher Wärmespeicherfähigkeit zu einer langsameren Erwärmung der Innenräume.

Eine weitere Quelle von zu hohen Innentemperaturen ist direkte Sonneneinstrahlung durch Fenster und andere Glasflächen. Ohne wirksamen Sonnenschutz kann sich eine Wohnung an heißen Tagen mit langer Sonneneinstrahlung erheblich aufheizen. Eine effektive Maßnahme ist außen angebrachter Sonnenschutz. Dazu gehören zum Beispiel Roll- oder Fensterläden, die wirksam die Sonnenstrahlung draußen halten, allerdings auch die Räume verdunkeln. Außenliegende Lamellensysteme ermöglichen wirksamen Sonnenschutz und gleichzeitig Tageslichtnutzung. Wer Dachfenster austauscht oder neu einbaut, sollte solche Sonnenschutzvorrichtungen zwingend mitberücksichtigen.

Empfehlungen für Miet- und Eigentumswohnungen

„Mieterinnen und Mieter, die selbst keine baulichen Veränderungen vornehmen können, haben dennoch ein paar Möglichkeiten, sich vor hohen Temperaturen zu schützen“, so Sophie Heiß, Projektmanagerin Energiewende am Landratsamt Mühldorf a. Inn. Von innen angebrachte Vorrichtungen schützen ebenfalls vor Überhitzung. Der Schutz ist umso besser, je mehr die zum Fenster zeigende Seite das Sonnenlicht reflektiert. Die Wirksamkeit von Rollos, Plissees, Lamellen oder Falstores ist jedoch geringer als bei außenliegendem Sonnenschutz, da nur ein Teil der in den Raum eingedrungenen Wärme wieder nach draußen reflektiert wird. Zugezogene Gardinen bieten zwar einen Sicht- und Lichtschutz, aber praktisch keinen Schutz vor Hitze. Auch das Lüftungsverhalten ist in den Sommermonaten entsprechend anzupassen. Um der Hitze keinen Einzug in die Wohnräume zu ermöglichen und bereits erwärmte Räumlichkeiten zu kühlen, sollte man in den Sommermonaten die frühen Morgenstunden oder nach Möglichkeit auch die Nacht zum ausgiebigen Lüften nutzen. Dabei ist die Querlüftung am effektivsten.

Sonnenschutz von außen ist am wirksamsten. Wer das in einer Mietwohnung beabsichtigt, muss vorab bei den Vermieterinnen oder Vermietern um Erlaubnis fragen. Ist diese erteilt, können Markisen, Sonnensegel, Raffstores oder Rollläden zum Hitzeschutz eingesetzt werden, da sie bereits das Eindringen der Sonnenstrahlen in dahinterliegende Fenster und Räume verringern.

Einen vergleichsweise preisgünstigen Schutz bieten reflektierende Sonnenschutzfolien, die auf Fensterscheiben geklebt werden können. Diese verringern ebenfalls die Erwärmung der Wohnräume, verdunkeln diese aber auch. Sonnenschutzfolien können – je nach Produkt von innen oder außen auf Fenster geklebt werden. Wer Fensterfolien selbst verkleben will, sollte die Verwendungshinweise der Herstellerfirma beachten und die Vermieterinnen oder Vermietern informieren.

Einfacher und energiesparender als Klimageräte sind „Luftkühler“. Sie funktionieren wie ein Ventilator und kühlen die strömende Luft zusätzlich mit der Verdunstung von Wasser in einem eingebauten Tank und Kühlakkus. Zu beachten ist, dass sie die Raumtemperatur jedoch nicht dauerhaft senken, da die Kühlzeit durch die Größe von Wassertank und Kühlakkus begrenzt ist.

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale in Kooperation mit dem VerbraucherService Bayern hilft bei allen Fragen rund um das Thema Energie. Die Energie-Fachleute beraten anbieterunabhängig und individuell mehrmals im Monat in den kostenfreien Bürger-Energiesprechstunden.

Terminvereinbarung für eine individuelle Beratung entweder im Landratsamt Mühldorf a. Inn bei Andrea Schuur unter Tel.: 08631/699-357 oder bei der Hotline des VerbraucherService Bayern unter Tel. 0800-809 802 400, (bei der Hotline können auch Einzelfragen direkt beantwortet werden).

