



## Větrejte zdravě a efektivně

Větrat v zimě? Zbláznili jste se? Tak to je bohužel častá reakce na dobře míněné rady, jak správně a efektivně větrat. Správné větrání, jeho intenzita i načasování má totiž nemalý vliv na zdravotní aspekty pobytu v prostorách sloužících k bydlení. Zejména tvorba plísní, rosení a kondenzace vlhkosti na stěnách a oknech. Správné větrání má však vliv i na efektivitu a účinnost vytápění. To je důležité a aktuální téma zejména nyní, kdy náklady na vytápění ve srovnání s předchozími lety skokově rostou a zatěžují v nemalé míře rodinný rozpočet.

Uvědomme si, že v uzavřeném prostoru nevětraných místností se vzduch ohřívá mnohem hůře a déle než čerstvý vzduch vpuštěný do místností správným větráním. Vydýchaný vzduch nasáklý vlhkostí a sníženou hladinou obsahu kyslíku, se ohřívá násobně déle a spotřeba tepla v takových prostorách roste nejen v množství, ale i penězích. Například teplota cca 24 °C a relativní vlhkosti 60 %, obsahuje cca 14 gramů vodní páry na metr krychlový. Samotné prvotní snížení teploty bez větrání ale není řešením, úspora bude zanedbatelná nebo skoro žádná. Pouhým snížením teploty totiž dojde k nárůstu relativní vlhkosti, kdy vzdušná vlhkost pak častěji naráží na rosný bod. Nároky na vytápění prostor, které jsou přesycené vlhkostí se pak opět zvyšují. Znamená to tedy, že dobře větraný byt vytopíte na vyšší teplotu levněji než špatně větraný byt na teplotu nižší.

V dnešní době se dají celkem lacino pořídit domácí meteostanice, kde je standardní funkce měření vlhkosti jak uvnitř objektu, tak venku. Důležité je snažit se dlouhodobě udržovat vlhkost v zdravotníky doporučeném rozmezí 40-60 %. Taková vlhkost optimalizuje ideální podmínky pro efektivní a ekonomicky udržitelné vytápění. Zkrátka, správné větrání, správná vzdušná vlhkost a nastavení zdroje tepla, jsou klíčem ke komfortu a pohodě.

### A jak tedy správně větrat během topné sezóny v chladném období a v zimě?

#### Ve zkratce:

- V zimě větrejte rychle a krátce
- Sledujte vlhkost vzduchu v bytě i venku. Je-li vlhkost v bytě vyšší než venku, je čas větrat.
- Větrejte krátce a intenzivně (je dobré při intenzivním větrání vypnout radiátory, aby zároveň nedocházelo ke zvýšení výkonu topení vlivem ochlazení regulátoru). **Vzduch s nižším obsahem vlhkosti pak ohřejeme mnohem rychleji na příjemnější teplotu.**
- Pokud můžete, udělejte klidně průvan přes celý byt. Rychlá výměna vzduchu neochladí akumulované teplo v předmětech a plochách v bytě, jako například podlah, stěn či nábytku. Těm zůstane vyšší teplota bez nutnosti je znovu ohřívat.
- Nevětrejte mikroventilací, ani vyklopením "na šterbinu", vyjde to draho, protože dochází k dlouhodobému ochlazení okolí oken i stěn.
- Nevhodným větráním uděláte v bytě tolik škody, jako když nebudete větrat vůbec