



# Rosenlunden en afdeling under



## Fugt i boligen.

Nu er tiden kommet, hvor man skal lufte ekstra godt ud, dvs. 3-5 gange om dagen med gennemtræk i 5-10 min. Der er en del der dørjer med fugt i boligen især i soverum og omkring vinduespartierne.

Det er vigtigt, at trækkaneller på vinduet er åbne og at man sætter varme på. Samtidig skal man sørge for at rulle persiener, rullegardiner op så fugten ikke ophober sig i boligen.

Der vil ofte være kondensvand i bunden af vinduet pga. kulde og varme der mødes og her er det vigtigt, at man tørre det af, så der ikke konstant er fugtigt, da det ellers vil kunne udvikle sig til skimmelsvamp.

Dårligt indeklima hænger ofte sammen med beboeradfærd. Her menes, at et lejemål med samme lejer i mange år, hvor der ikke har været problemer med fugt, så flytter der andre ind i samme lejemål, hvor man et stykke tid efter ser en høj luftfugtighed.

Høj luftfugtighed kan påvirke helbredet, såsom hovedpine, snue, allergi eller tilstoppet næse. Her er nogen relevante links med gode råd til de udfordringer, man ofte har med indeklimaet.

<https://www.bolius.dk/10-gode-raad-om-indeklima-16475>

<https://www.bolius.dk/10-gode-raad-til-udluftning-om-vinteren-14210>

<https://www.bolius.dk/hvordan-undgaar-du-dug-paa-undersiden-af-vinduerne-14307>

<https://www.bolius.dk/hvor-hoej-maa-luftfugtigheden-vaere-indendoers-24946>

<https://www.bolius.dk/saadan-undgaar-du-skimmelsvamp-i-din-bolig-19393>

Her kommer fugten fra

Den daglige fugtproduktion i kg fra forskellige kilder i en gennemsnitlig husholdning på to voksne og to børn:

Mennesker (ånding og sved): 3,5

Tøjtørring (ophængt indendørs): 1,8

Personlig hygiejne: 1,3

Madlavning: 0,9

Opvask: 0,4

Rengøring af bolig: 0,2

Planter: 0,2

Diverse: 0,2

**I alt: 8,5 kg om dagen**

Kilde: "Fugt i bygninger", Statens Byggeforskningsinstitut