

Richtwerte für eine gesunde Luftfeuchtigkeit in Wohnräumen

Die folgende Tabelle zeigt empfohlene Richtwerte für die relative Luftfeuchtigkeit in Wohnräumen, abhängig von der jeweiligen Raumtemperatur. Sie dient als Orientierung für ein gesundes Raumklima und hilft, Schimmelbildung vorzubeugen. Als allgemeiner Richtwert gilt: Bei einer Raumtemperatur von 20 °C liegt die empfohlene Luftfeuchtigkeit bei etwa 50 %.

Wichtig zu wissen: Für die Entstehung von Schimmel ist nicht nur die gemessene Luftfeuchtigkeit im Raum entscheidend, sondern vor allem die Temperatur von Wänden, Decken und anderen Bauteilen. Sind diese Oberflächen sehr kühl – zum Beispiel an Außenwänden oder an schlecht gedämmten Stellen – kann sich Feuchtigkeit niederschlagen, auch wenn die Luftfeuchtigkeit insgesamt noch im empfohlenen Bereich liegt.

Tipp: Wie richtiges Heizen und Lüften Feuchtigkeit regulieren und Schimmel vermeiden kann, erklären wir anschaulich in unserem Kurzfilm „Richtig Heizen und Lüften“.

Raumtemperatur	Ideale relative Luftfeuchtigkeit	Bewertung
16 °C	60 %	noch zulässig, erhöhte Lüftung erforderlich
17 °C	57 %	grenzwertig
18 °C	55 %	gut
19 °C	52 %	sehr gut
20 °C	50 %	Idealwert (Referenz)
21 °C	48 %	optimal
22 °C	46 %	optimal
25 °C	44 %	gut
24 °C	42 %	gut
25 °C	40 %	untere Grenze (trockene Luft möglich)