

Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 50 (1975)

Heft: 9

Artikel: Raumklima und Wohlbefinden

Autor: Riegegnbach, Emanuel

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-104541>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Es gibt kaum andere äussere Einflüsse, die sich so wesentlich auf unser allgemeines Wohlbefinden und unsere Arbeitsleistung auswirken, wie das Raumklima. Kälte, Hitze, Luftfeuchtigkeit, Lufttrockenheit und Luftbewegung sind die Komponenten, welche in einem bestimmten Verhältnis zueinander stehen müssen, um uns das Empfinden von Behaglichkeit zu vermitteln. In der freien Natur können wir auf diese das Klima bestimmenden Ursachen keinen Einfluss nehmen, in unseren Wohnungen und Arbeitsräumen aber stellt uns die moderne Technik zahlreiche Mittel und Geräte zur Verfügung, mit denen wir das Zuviel oder Zuwenig äusserer Einflüsse so regulieren können, dass wir uns behaglich fühlen.

Eine erste Voraussetzung zur Erhaltung eines angenehmen Raumklimas ist eine gute Isolation des Baukörpers. Fenster, Wände und Fussböden sind in erster Linie daraufhin zu erstellen oder zu korrigieren. Besonders die Böden können Kältegefühle erzeugen. Sie lassen sich aber verhältnismässig leicht durch Materialien wie Holz, Kork, Gummi, Linoleum oder Teppiche abisolieren. Aber auch Tischplatten, Bedienungshebel für Geräte und Maschinen sind zu beachten. Solche Kontaktstellen sollten nicht aus Eisen oder aus ähnlich sich kalt anführenden Materialien sein. Holz ist da zweckmässig und, je nachdem, Überzüge aus Leder oder Kunststoff.

Wohl die grösste Rolle für die Erhaltung eines angenehmen Raumklimas spielen die Fenster. In den älteren Bauten beträgt der Fensteranteil 15 bis 30% der Gesamtaussenfläche. Bei den modernen Gebäuden, vor allem Büro- und Verwaltungsgebäuden, aber auch bei modernen Wohnbauten, nehmen die Fenster vielfach mehr als die Hälfte der Hauswände ein. Man errechnete, dass dadurch etwa 82% des gesamten Wärmeverlustes auf das Konto der Fenster fällt. Der Rest von nur 18% geht dann zu Lasten der Wände und des Dachs. Es ist klar, dass diese Bauweise, was den Wärmehaushalt betrifft, denkbar unrentabel ist. Im Winter sind die grossen Fenster starke Abkühlungsflächen, im Sommer Wärmestrahlungsquellen. Trotz Doppelverglasungen gegen Kälte und Storen gegen direkte Sonneneinstrahlung wird man bei so grossen Fensterflächen mit Heizung im Winter und mit Kühlung im Sommer vermehrt rechnen müssen, um die Behaglichkeitstemperatur in den Räumen aufrechtzuerhalten. Im Winter

liegt die von den meisten normal bekleideten Personen als angenehm empfundene Temperatur zwischen 20 und 23 Grad Celsius, wobei Frauen im Durchschnitt gegenüber Männern um einen Grad höhere Temperaturen vorziehen. Auch Personen über 40 Jahre sind wärmebedürftiger als jüngere Jahrgänge. Im Sommer, das ist eigenartig, fühlen sich die meisten Menschen aber bei bedeutend höheren Temperaturen behaglicher als bei entsprechender Zimmerwärme im Winter.

In geheizten Räumen spielen noch zwei weitere Faktoren eine Rolle für unser Wohlbefinden. Es sind das die Luftfeuchtigkeit und die Luftbewegung. Eine relative Luftfeuchtigkeit von 40 bis 50% empfindet man als angenehm; sinkt sie jedoch unter 30%, so werden die Schleimhäute in Mitleidenschaft gezogen, und man wird leicht anfällig für Erkältungskrankheiten.

Ungünstige Einflüsse auf die Gesundheit kann auch eine andauernde Luftbewegung in sonst geschlossenen Räumen haben. Schon bei 0,1 m/s kann sie vom Menschen, der stillsitzt, recht unangenehm empfunden werden. Leistet er aber eine anstrengende Arbeit, so ist eine Luftbewegung bis zu 0,5 m/s für ihn keine Belästigung.

Tätigkeit oder Ruhe von Personen sind auch im übrigen sehr wesentlich für die richtige Bemessung der Raumtemperatur. Sitzt der Mensch bei geistiger Arbeit am Schreibtisch, so fühlt er sich am behaglichsten und leistungsfähigsten bei 21 bis 23 Grad Celsius. Wird ebenfalls noch sitzend eine leichte Arbeit ausgeführt, so genügen etwa 19 Grad Wärme. Bei stehender leichter Arbeit sind es 18 Grad, bei stehender schwerer Arbeit 17 und bei sehr schwerer Arbeit 15 bis 16 Grad Wärme.

Ob man sich in einem Zimmer wohl-fühlt, hängt nebst den genannten Faktoren nicht zuletzt auch von der Frischluftzufuhr ab. Je kleiner der Luftraum pro Person bemessen ist, desto grösser der Erneuerungsbedarf der Luft. Man rechnet mit 25 bis 40 m³ Luft pro Stunde, wenn der Rauminhalt pro Person, die sich darin aufhält, etwa 10 m³ ausmacht. Bleibt durch starke Belegung einem Menschen nur 8 m³ Luftraum, so genügt gelegentliches Lüften durch die Fenster nicht, es muss eine Zwangslüftung vorgesehen werden durch Ventilatoren oder eine Klimaanlage.

Steigt die Hauttemperatur durch die Einwirkung der Aussenwärme, z.B. im

Hochsommer oder durch Wärmeausstrahlungen in Produktionsräumen oder in tiefen Erdschächten auf 34 Grad Celsius, so beginnen die zweieinhalb Millionen Schweißdrüsen unseres Körpers Feuchtigkeit abzugeben. Schwerarbeit bei feuchter Luft von 30 Grad sollte nach je 140 Minuten für eine Erholungspause unterbrochen werden, bei 34 Grad schon nach 65 Minuten. Ferner muss der Hitzearbeiter für genügende Flüssigkeitszufuhr besorgt sein. Er sollte aber nie mehr als einen Viertelliter auf einmal zu sich nehmen.

Glücklicherweise müssen in unseren Gegenden wenige Menschen für längere Dauer in aussergewöhnlicher Wärme oder extremer Kälte leben, aber es ist gut, wenigstens zu wissen, wie man sich in solchen Fällen vor gefährlichen Auswirkungen auf die Gesundheit schützen kann.

Symposium «Klimagerechtes Planen und Bauen»

Wir alle sehen mit grosser Sorge einem Energienotstand und der zunehmenden Verschlechterung der Umweltbedingungen entgegen. Die Fachwelt stellt daher eine dringende Forderung, Bauwerke nicht, wie in jüngster Zeit überwiegend nach optischen Gesichtspunkten, sondern unter Berücksichtigung aller ökonomischen und humanen Erfordernisse zu bauen.

Entscheidungen hierüber werden nicht nur erst beim Bauen zu treffen sein, sondern bereits bei der Regional- und Ortsplanung.

Die CIB (International Council for Building Research, Studies and Documentation)-Arbeitsgruppe für Stadt- und Bauklimatologie veranstaltet deshalb am 20. und 21. Oktober 1976 in Wien ein Symposium über «Klimagerechtes Planen und Bauen» bei dem diesbezügliche Richtlinien zur Diskussion gestellt werden sollen.

Die örtliche Organisation wird von der Forschungsgesellschaft für Wohnen, Bauen und Planen, A-1030 Wien, Löwengasse 47, durchgeführt.