

Innendämmung mit Zellulosefasern sowie Unterkonstruktion und Verkleidung

Richtig ausgeführt ist Innendämmung besser als ihr Ruf. Wenn du nicht von außen dämmen kannst, ist es so möglich, durch preiswerten und sorgfältigen Selbstbau viel Energie und damit bares Geld zu sparen.

Entscheidend für die bauschadensfreie und langlebige Ausführung ist eine gute Luftdichtheit auf der raumzugewandten Seite der Innendämmung, damit keine warme, feuchte Luft hinter die Dämmung an die dann kalte Wand kommt. Außerdem sollten die raumseitigen Schichten normalerweise einen größeren Widerstand gegen den Durchgang von Wasserdampf bieten als die außenseitigen. Genauso wichtig: Reduziere mit Begleit- und Laibungsdämmung Wärmebrücken und kalte Oberflächen.

Es gibt viele Möglichkeiten, die Innendämmung richtig und haltbar auszuführen. Da ist für jeden Geschmack etwas dabei. Hier realisieren wir die Innendämmung durch eine Unterkonstruktion, die mit OSB-Platten verkleidet, und später durch eine Fachfirma mit Zellulosedämmstoff ausgefüllt wird.

Verwende diese Anleitung nur, wenn

- der Außenputz oder eine andere wasserabweisende Außenschicht intakt ist
- du keine Holzbalkendecken hast
- keine wasserführenden Leitungen in der Wand sind.

Bitte lies dir diese Anleitung erst einmal komplett durch, bevor du startest. Außerdem ist es sehr hilfreich, wenn du dir vor dem Start auf passipedia.de wichtige Hintergrundinformationen zum Thema Innendämmung anschaust:

Materialliste	Werkzeugliste
1. Dämmstoffplatten (Dicke 6 cm) für die Unterkonstruktion und ggf. Flankendämmung	1. Meterstab, Stift und einen langen, geraden Gegenstand
2. Kanthölzer 6 cm x 4 cm für die Unterkonstruktion	2. Leitungssucher
3. Montagekleber in einer Kartusche oder einem Schlauchbeutel	3. Hand-/Tisch- oder Tauch-Kreissäge zum Schneiden der OSB-Platten
4. OSB-Verlegeplatten mit Nut und Feder, ca. 15 mm stark.	4. Schlagbohrmaschine mit Bohrer (Länge mindestens die Schraubenlänge + ca. 1 cm)
5. Fensterrahmenschrauben in der Größe 7,5 x 182 mm oder Rahmendübel	5. Kartuschenpresse oder Schlauchbeutelpestole
6. Spanplattenschrauben (Länge ungefähr 4 bis 5 cm)	6. Akkuschrauber mit Bit-Set
7. diffusionsoffenes Luftdichtheitsklebeband mit geteiltem Abdeckstreifen	



Abbildung 1: benötigte Materialien



Abbildung 2: direkter Link zu Innendämm-Infos auf Passipedia.

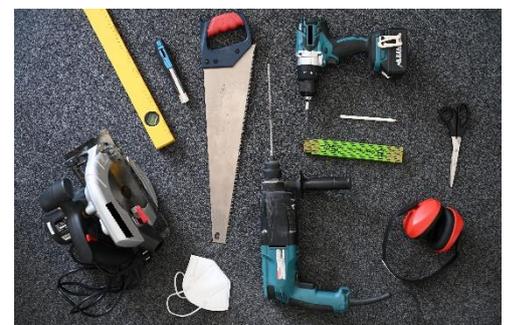


Abbildung 3: benötigtes Werkzeug



8. diffusionsoffenes Luftdichtheitsklebeband mit Klebeflächen auf unterschiedlichen Seiten (siehe Punkt 16 der Anleitung)	7. Schere und Cuttermesser
9. diffusionsoffenes Luftdichtheitsklebeband mit einem Abdeckstreifen	8. Andrückrolle für das Andrücken des Klebebands (optional)
10. Distanzstreifen oder -stücke aus Filz, Kunststoff oder Teppich	9. Styrocutter (optional)
11. Dämmplatten für die Laibungs- und Begleitdämmung	10. Gehörschutz
12. Steckdosenleiste, falls Steckdosen später noch genutzt werden sollen	11. Schutzbrille
13. Dämmkeile	

Vorbereiten der Bestandwand

1. Miss mit einem Meterstab oder einem Maßband die Größe der Wandfläche aus, die du dämmen möchtest. Miss auch die Tiefen und Größen der Fensterlaibung. Es ist wichtig, auch dort eine möglichst dicke Dämmstoffplatte (mindestens 2 cm) anzubringen, vor allem um dort eine höhere Oberflächentemperatur zu bekommen. Bei einbindenden Innenwänden ist es sinnvoll, eine Flankendämmung anzubringen. Das ist ein zusätzlicher Dämmstreifen oder ein Dämmkeil, der in den Raum hineingeht. Auch das erhöht dort die Temperatur. Mehr zum Thema Flankendämmung erfährst du weiter unten und in der DIY-Anleitung „Innendämmung verbessern mit Flankendämmung“ Mach dir am besten eine Skizze mit allen Maßen.
2. Wenn du alles ausgemessen und eine Materialliste erstellt hast, organisiere dir das Material im Baumarkt, oder bestelle es im Onlinehandel.
3. Bitte stelle sicher, dass in der Wand keine wasserführenden Leitungen verlaufen. Die alte Wand wird durch die Innendämmung kälter und wasserführende Leitungen könnten einfrieren. Sind dort wasserführende Leitungen, müssen sie verlegt werden.
4. Falls nötig, entferne die Fußleiste, Nägel und/oder Kabelkanäle.
5. Hinter der Fußbodenleiste gibt es oft eine schmale, mit Dämmstoff gefüllte Fuge. Sie trennt den schwimmenden Estrich von der Wand und gehört zur sogenannten Trittschalldämmung. Diese sorgt dafür, dass Laufgeräusche nicht vom Boden an die Wand übertragen werden und andere Bewohner stören. Finde heraus, ob diese Fuge vorhanden ist. Solltest du keinen schwimmenden Estrich haben, umso besser! Dann kannst du dir die Schritte 6 bis 10 sparen
6. Wenn du einen Teppich oder einen losen Bodenbelag hast, schneide ihn in der Stärke der späteren Dämmschicht + Innenschale so ab, dass du später das Luftdichtheitsklebeband bequem auf den Estrich kleben kannst (in unserem Fall 6 cm Dämmschicht + 4 cm Kantholz + 1,5 cm OSB-Platte).
Tipp: Brich nach etwa 4 bis 5 m das vorderste Stück der Klinge des Teppichmessers ab, damit immer ein scharfer Bereich der Klinge genutzt wird.
Wenn du einen fest und luftdicht verklebten, luftdichten Bodenbelag



Abbildung 4: Entfernen der Fußleiste



Abbildung 5: Abmessen des benötigten Platzes



Abbildung 6: Einschneiden des Teppichbodens

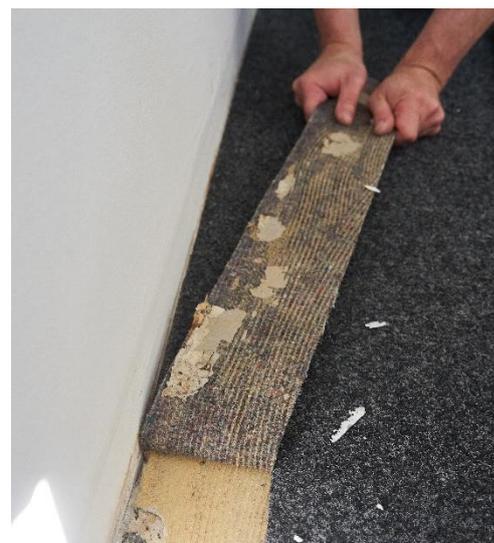


Abbildung 7: Entfernen des überflüssigen Teppichbodens



hast, kannst du das Luftdichtheitsklebeband mit geteiltem Abdeckstreifen direkt vom Boden-Belag an die Wand kleben und die Entfernung des Bodenbelages Schritt entfällt.

7. Saug die Fuge zwischen Wand und Boden im Umkreis von ein paar Zentimetern ab.
8. Klebe die Fuge des schwimmenden Estrichs mit dem zweigeteilten diffusionsoffenen Luftdichtheitsklebeband sorgfältig ab, damit später keine Luft hinter die Dämmung kommen kann. Benutze zum Andrücken am besten eine Andrückrolle für Klebebänder. Klebe zunächst nur die eine Seite des Klebebandes auf den Boden.
9. Ziehe nun den Abdeckstreifen der zweiten Klebefläche (zur Wand hin) ab und drücke das Klebeband sorgfältig an. Achte dabei bitte darauf, dass das Klebeband locker über der Fuge liegt und sich nicht spannt. Ansonsten könnte es später leichter reißen.
10. In den Raumecken lässt du die Klebebänder wie in den Abbildungen **Abbildung 9** und **Abbildung 10** gezeigt ein Stück überlappen.
11. Prüfe den Bereich mit dem Leitungssucher, dass du beim Bohren keine Kabel triffst. Achte hierbei darauf, dass die Akkus im Testgerät voll sind, damit dieses richtige Angaben machen kann. Markiere den Verlauf der Kabel am besten mit einem Stift direkt auf der Wand.
12. Zunächst markierst du die Stellen, an denen später die Verbundträger an die Wand geschraubt werden. Der Abstand zwischen den Trägern sollte von Mitte zu Mitte nicht mehr als 75 cm betragen, um Durchbiegungen beim späteren Ausblasen mit Zellulosefasern zu vermeiden.



Abbildung 8: luftdichtes Klebeband mit geteiltem Abdeckstreifen



Abbildung 9: Eckverbindung des luftdichten Anschlusses



Abbildung 10: Luftdichte Verklebung zwischen Wand und Boden

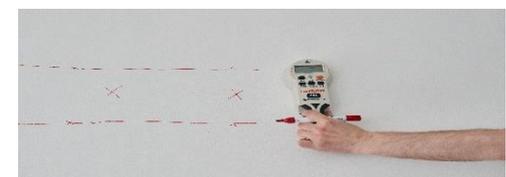


Abbildung 11: Prüfen auf Stromleitungen und Markieren der Leitungen auf der Wand



Abbildung 12: Markieren der Position der Verbundträger



Verbundträger als Unterkonstruktion herstellen:

13. Als erstes schneidest du von den Dämmplatten (wir verwenden handelsübliches, preiswertes EPS aus dem Baumarkt) Streifen mit der selben Breite wie die Kanthölzer (6 cm). Das geht am besten mit einem Styrocutter. Wenn du keinen besitzt oder ausleihen kannst (Kosten neu ca. 250 €, gebraucht deutlich weniger), lassen sich die Platten aber auch mit einem Cuttermesser (sehr Mühsam) oder einem elektrischen Küchenmesser schneiden. Du kannst die Streifen aber auch beispielsweise aus einer Holzweichfaserplatte schneiden. Tipp: Wenn du mit dem Cuttermesser schneidest, verwende die OSB-Platten als Unterlage und halte die Klinge durch Abbrechen scharf.
14. Lege nun die Kanthölzer auf einer horizontalen Fläche zurecht und ziehe mit der Kartuschenpresse eine Kleberaupe aus Montagekleber auf die Kanthölzer. Wir verwenden PU-Kleber, besser ist aber z. B. ein Luftdichtheitskleber, der am Anfang besser klebt. Um keinen Kleber auf die Hände zu bekommen, zieh' am besten Handschuhe an. Achte immer darauf, den Druck in der Kartusche nach dem Kleben wieder abzulassen, damit du nicht kleckerst. Zum Ablassen des Drucks haben die Pressen einen Hebel oder Knopf. In unserem Fall hat eine Kartusche mit 310 ml PU-Kleber für ca. 50 Laufmeter Kantholz ausgereicht.
15. Drücke nun die zugeschnittenen Dämmstoffstreifen auf den Kleber und lass ihn ausreichend lange aushärten. Die Angaben zur Mindestdauer findest du auf der Kleber-Kartusche.



Abbildung 13: (mühsames) Schneiden der EPS-Platten mit einem Cuttermesser



Abbildung 14: Schneiden der EPS-Platten mit einem Styrocutter



Abbildung 15: Aufbringen des Klebers



Abbildung 16: Verklebung EPS-Profile auf die Kanthölzer – der Verbundträger entsteht.



Vorbereitung des luftdichten Anschlusses der neuen Wandoberfläche:

16. Um später einen luftdichten Anschluss zwischen der neuen Wandoberfläche und der alten sicherstellen zu können, muss ein spezielles, luftdichtes Klebeband angebracht werden. Dieses Klebeband muss an der einen Kante über eine Klebefläche außen und an der anderen Kante über eine Klebefläche innen verfügen. Klebe das Klebeband mit der einen Seite umlaufend (ohne Stöße in den Ecken) an den Seitenwänden, dem Boden und der Decke fest (später wird die andere Seite auf der Beplankung aus OSB-Platten angeklebt). Das Klebeband muss dabei so auf Wände, Boden und Decke angebracht werden, dass es noch umgeschlagen und auf die OSB-Platte geklebt werden kann.
Achte darauf, das Klebeband fest anzudrücken, vor allem in den Ecken, und nutze am besten eine Andrückrolle.
17. An einer Stelle wird sich das umlaufende Klebeband treffen. Lass es dort mehr als 1 cm überlappen und klebe es aufeinander. Ziehe dafür den Abdeckstreifen des überklebten Klebebandes ein wenig ab. Klebe dann das überlappende Klebeband auf das überlappte und drücke den Rest des Abdeckstreifens wieder fest.
18. Klebe an der Stelle, wo sich das Klebeband trifft, mit einem normalen, luftdichten Klebeband so auf beiden Seiten zusammen, dass die Klebeflächen, die später auf Wand und Platte kleben, nicht überklebt werden.
19. Wenn du merkst, dass das Klebeband an manchen Stellen der Wand oder der Decke Farbe ablöst, entferne dort das Klebeband, die Farbe und den Teil des Klebebands mit Farbe daran. Setze mit dem Klebeband neu an und verbinde es nachträglich wie zuvor beschrieben.



Abbildung 17: Anbringen des umlaufenden Luftdichtheitsklebebandes



Abbildung 18: Andrücken des Klebebandes mit Hilfe einer Andrückrolle



Abbildung 19: Ausführung des Stoßbereichs



Abbildung 20: Verlauf des Klebebands um eine Fensterbank



Abbildung 21: Entfernen von nicht tragfähigem bzw. nicht klebefähigem Untergrund



Montage der Unterkonstruktion vorbereiten:

20. Miss nun die Deckenhöhe aus und übertrage sie auf die zuvor hergestellten Verbundträger aus Dämmstreifen und Kanthölzern.
21. Kürze die Träger nun auf die Deckenhöhe abzüglich 1 cm, um die Träger aufzurichten zu können, und um später zur Schallentkopplung ein paar Millimeter Distanz zur Decke zu haben. Dies kannst du mit einer Kreissäge, einer Handsäge oder einer Stichsäge tun. Schneide am besten erst nur das Holz durch und durchtrenne die Dämmung dann mit einem Cutter oder Dämmstoffmesser ohne Wellenschliff. Hierdurch vermeidest du, dass die Dämmung zerbröseln.
22. Zwischen Träger und Fußboden kommen zur Schallentkopplung Distanzstreifen. Du kannst sie zum Beispiel aus dem ausgebauten Teppichboden schneiden. Dies geht am besten mit einem Dämmstoffmesser (mit oder ohne Wellenschliff). Hilfreich ist außerdem eine Kante, entlang der du schneiden kannst. Du kannst aber auch jedes ähnliche Material nehmen.

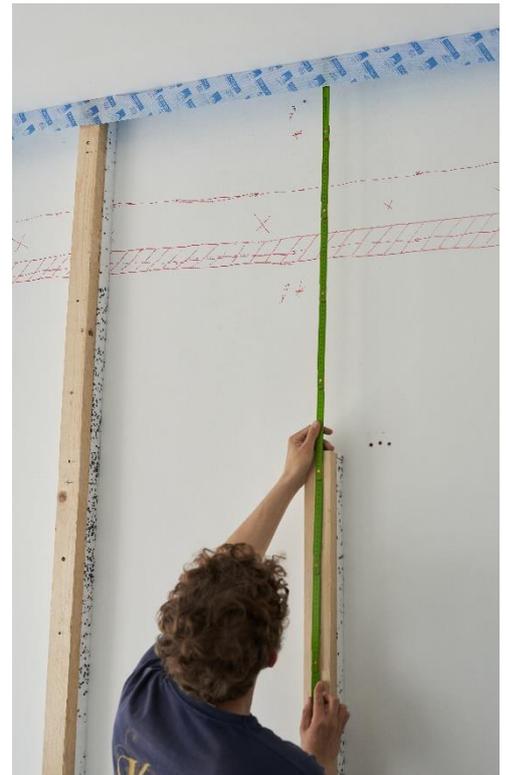


Abbildung 22: Ausmessen der Deckenhöhe



Abbildung 24: Ablängen des Dämmteils der Verbundträger mit einem Dämmstoffmesser



Abbildung 23: Ablängen des Holzquerschnitts des Verbundträgers mit einem Fuchsschwanz



Abbildung 25: Herstellen der Teppich-Untersetzer aus dem ausgebauten Teppichboden



Montage der Unterkonstruktion:

23. Bohre die Löcher für die Befestigungsschrauben vor. Der Bohrer muss unbedingt mindestens 2 mm kleiner als der Schraubendurchmesser sein, sonst hält die Schraube nicht im Holz. Der Bohrer muss so lang sein, dass er mindestens durch die Kanthölzer in den Dämmstoff ragt.
Die Schrauben, und damit die Löcher, sollten jeweils ca. 15 cm von den Enden des Trägers platziert sein und dazwischen einem Abstand von ca. 40 bis 50 cm haben.
24. Stelle nun die Träger auf die Distanzstücke an der richtigen Stelle auf. Klemme dabei das luftdichte Klebeband oben und unten nicht ein.
25. Richte den Träger nun senkrecht aus. Am besten benutzt du hierfür eine Wasserwaage.
26. Halte den Träger fest und bohre mit der Schlagbohrmaschine durch die vorgebohrten Löcher im Träger in die Wand. Trage hierbei Gehörschutz und Schutzbrille.
27. Nimm den Akkuschauber und Schraube eine der Fensterrahmenschrauben durch das Loch in die Wand. Achte hierbei darauf, die Träger beim Einschrauben fest an die Wand zu drücken.
28. Nun kannst du die Tragfähigkeit der Schraube im Mauerwerk testen. Wenn du den Träger mit der Schraube einfach wieder von der Wand wegziehen kannst, ist die Tragfähigkeit zu gering. Du solltest in diesem Fall Rahmendübel mit Senkkopf verwenden.



Abbildung 26: Vorbohren der Löcher



Abbildung 27: Ansicht der Träger von unten



Abbildung 28: Ausrichten der Träger (links), Bohren der Löcher (mittig) und Einschrauben der Fensterrahmenschrauben



Anbringen der Beplankung:

29. Bevor du die Beplankung anbringst, solltest du schauen, ob sich in der Wand Steckdosen befinden. Falls du die Steckdosen später nicht mehr benötigst, klebe sie mit dem Luftdichtheitsklebeband ab, damit keine Zellulosefasern hineingelangen.
30. Sollen die Steckdosen benutzbar bleiben, suche dir eine hochwertige, langlebige Mehrfachsteckerleiste, am besten mit Schalter, oder ein Verlängerungskabel und stecke sie/es in die Steckdose. Das Kabel wird später im Stoßbereich der Beplankung herausgeführt, so dass die Steckerleiste mit der Innendämmung nutzbar ist.
31. Fange nun an, die OSB-Platten anzuschrauben. Die Platten werden liegend im Verband montiert. Eine Platte wird also quer über mehrere Träger geschraubt und durch Nut und Feder miteinander verbunden. So sind Plattenstöße zwischen den Trägern kein Problem und du hast nur sehr wenig Verschnitt. Achte darauf, dass die Platten wegen der Schallübertragung nicht direkt auf dem Boden stehen. Nutze wieder Distanzstücke.
Meist haben die Platten zwei unterschiedliche Seiten. Nur wenn sie immer richtig herum angebracht werden, passen Nut und Feder optimal ineinander.
32. Wenn du eine Steckdosenleiste aus der Konstruktion führen willst, kannst du das Kabel am besten im Bereich eines Plattenstoßes durchführen. Hierfür sägst du eine Einkerbung in der Größe des Kabels in eine der Platten und führst das Kabel durch die Einkerbung.
33. Wenn du Aussparungen in die Platte machen musst, beispielsweise für eine Fensterbank, kannst du die Platte einfach mit der Kreissäge oder dem Fuchsschwanz mehrfach nebeneinander einsägen und das restliche Holz ausbrechen. Damit das Luftdichtheitsklebeband nicht durch die Holzsplitter beschädigt wird, klopfst du die Kante am besten mit einem Hammer leicht rund.
34. Säge die oberste Plattenreihe auf Gehrung (anschrägen) und 5 bis 10 mm kürzer, damit sie trotz der Feder gut eingebaut werden kann. Der Einbau kann wegen des luftdichten Klebebandes knifflig sein, am besten ihr macht das mindestens zu zweit.
35. Wende diese Technik bei der letzten Platte auf beiden Seiten zur Wand und zur Decke hin an. So klappt auch der Einbau der letzten Platte ohne Probleme.
36. Und dann bist du auch schon fertig mit diesem Arbeitsschritt! Herzlichen Glückwunsch! Spätestens jetzt hast du dir eine Pause verdient.



Abbildung 29: Zurechtsägen der OSB-Platten



Abbildung 30: Ansicht der Gefache vor dem Anbringen der obersten Plattenreihe



Abbildung 31: Einsetzen der letzten Platte 1/2



Abbildung 32: Einsetzen der letzten Platte 2/2



Luftdichte Verklebung:

37. Damit beim Ausblasen der Konstruktion keine Zellulosefasern in den Raum geblasen werden und damit die Konstruktion viele Jahrzehnte einwandfrei funktioniert, müssen alle Plattenstöße mit dem luftdichten Klebeband verklebt werden. Der Stoß sollte dabei etwa mittig unter dem Klebeband liegen. Überlappe dabei die Klebebänder an den Kreuzungspunkten der horizontalen und vertikalen Stöße.
38. An Stromkabeln, die durch die Platten führen, klebst du von beiden Seiten zum Kabel und ca. 5 bis 7 cm am Kabel entlang (siehe Abbildung 34 und Abbildung 35) und drückst die Bänder zusammen. Eine Seite sollte dabei ca. 1,5 cm kürzer sein. Dann schneidest du am längeren Klebeband auf beiden Seiten am Kabel entlang bis zum kürzeren Klebeband. Die somit entstanden Laschen klappt du nun um und drückst sie am Klebeband fest. Dann drückst du das gesamte Klebeband am Kabel gegeneinander und drückst es zu einem Wulst zusammen.
39. Ziehe nun vom umlaufenden, an Wänden, Decke und Boden befestigten Klebeband (Abb. 16 bis 19) auf der herausstehenden Seite die Abdeckfolie ab und verklebe es auf die Platten. In den Ecken klebst du das Klebeband gegen sich selbst, wie unten dargestellt ist.

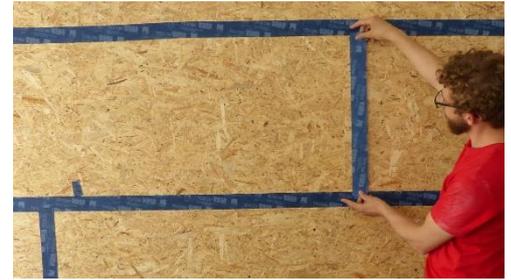


Abbildung 33: Abkleben der Plattenstöße



Abbildung 34: Luftdichte Kabeldurchführung 1/2



Abbildung 35: Luftdichte Kabeldurchführung 2/2



Abbildung 36: Ankleben des umlaufenden Luftdichtheitsklebebands und die Ausführung im Eckbereich



Die Konstruktion ausblassen lassen:

40. Zum Ausblasen der Konstruktion mit Zellulosefasern brauchst du eine Fachfirma. Suche dir also lokale Fachfirmen, die das Ausblasen anbieten und lass dir ein Angebot machen.
41. Für den Schlauch der Ausblasmachine bohrt die Firma zunächst ein Loch in jedes Gefach (Raum zwischen den Trägern).
42. Die Maschine wird mit Zellulose befüllt, meist in Ballenform.
43. Dann steckt die ausführende Person den Schlauch der Maschine in das Gefach und lässt die Maschine das Gefach ausblasen. Dabei ist das Ende des Schlauchs zunächst am unteren Ende des Gefachs und wird kontinuierlich nach oben herausgezogen, bis das gesamte Gefach mit Zellulose ausgefüllt ist. Der in **Abbildung 38** zu sehende Schaumstoffblock sorgt dabei dafür, dass die Zellulosefasern nicht aus dem Loch in den Raum geblasen werden. Ganz vermeiden lässt sich das allerdings nicht.
44. Sind nun alle Gefache mit Zellulosefasern ausgeblasen, werden die Löcher mit luftdichtem Klebeband verschlossen. Hierfür gibt es extra breite Klebebänder. Dieser Schritt wird in der Regel auch von der Fachfirma ausgeführt.
45. Kehre nun die überflüssigen Zellulosefasern zusammen, die beim Ausblasen am Loch vorbei geblasen wurden.
46. Kontrolliere die Konstruktion während des Ausblasens auf eventuelle Undichtigkeiten durch Löcher, Fehlstellen oder nicht richtig angebrachte Klebebänder. Dieser Schritt wird in der Regel auch von der Fachfirma ausgeführt.



Abbildung 37: Einblasmachine



Abbildung 38: Bohren des Einblasloches (links), Einblasen der Zellulosedämmung (mittig & rechts)



Abbildung 39: Einblaslöcher;
links: Gefach noch nicht ausgedämmt
mittig: Gefach gedämmt und luftdicht verschlossen
rechts: Gefach gedämmt, aber noch nicht verschlossen



Abbildung 40: Ansicht der gedämmten Wand mit überschüssiger Zellulosedämmung und luftdicht eingebauter Steckdosenleiste



Anbringen der Flankendämmung:

Um die Temperaturreduktion durch Wärmebrücken an der Decke und den Innenwänden zu verringern, haben wir in diesen Bereichen Holzfaserver-Dämmstoffplatten zur Entschärfung der Wärmebrücke angebracht. Du kannst aber genauso gut Dämmstoffkeile und/oder ein anderes Material verwenden. Informationen zu weiteren Optionen für die Flankendämmung findest du in der Anleitung „Innendämmung verbessern mit Flankendämmung“ unter:

- www.lea-hessen.de/buergerinnen-und-buerger/hessen-spart-energie/do-it-yourself-energiesparmassnahmen
 - www.passipedia.de/energieeffizienz_jetzt
1. Klebe mit der Kartuschenpresse oder der Schlauchbeutel-pistole eine Kleberraupe aus Dichtkleber auf die Dämmstoffplatte. Der Klebewulst muss hierbei umlaufend sein, damit die Rückseite der Platte nicht mit Luft hinterspült werden kann (siehe Abbildung 41).
 2. Klebe nun im Zick-Zack-Muster einen Klebewulst auf den Rest der Oberfläche. Beklebe auch die Stirnseite der Platte, die später an die nächste Platte stößt und auch die Seite zur Innendämmung hin.
 3. Starte mit der ersten Platte in der Wanddecke und halte die beklebte Platte mit der Klebefläche nach oben schräg an die richtige Stelle. Klappe nun die Platte nach oben und drücke sie an beide Wandseiten und an die Decke.
 4. Die letzte Platte musst du in der Regel passend abschneiden. Nutze hierfür einfach einen Fuchsschwanz oder eine ähnliche Holz-säge.

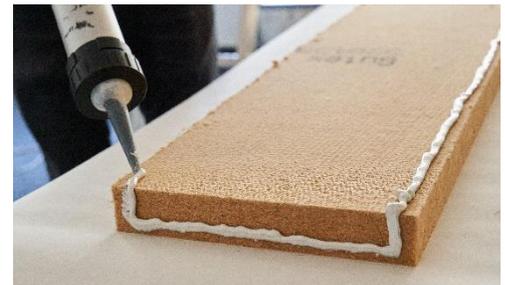


Abbildung 41: Aufbringen der umlaufenden Kleberraupe als luftdichter Anschluss

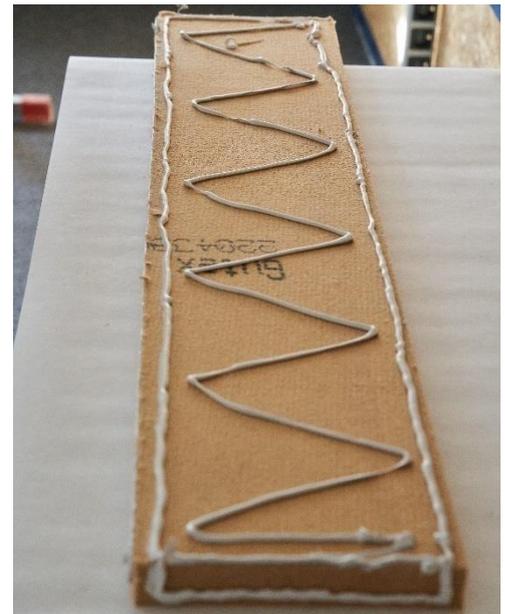
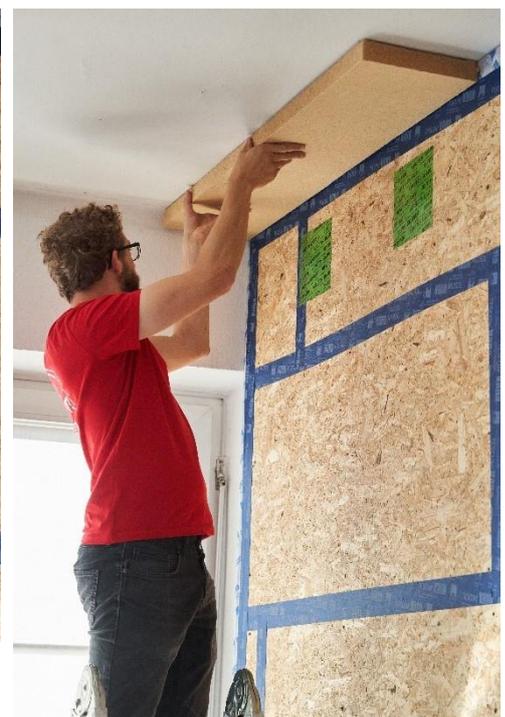


Abbildung 42: Ergebnis: Platte mit umlaufender Kleberraupe und Zickzack in der Mitte



Abbildung 43: Ankleben der Flankendämmung (hier als ganze Platten statt in Keilform)



Und dann ist es geschafft! Für unsere Wand mit 15 m² haben wir zu zweit, teilweise zu dritt, etwa drei Tage gebraucht. 1. Tag am Nachmittag: Vorbereiten (Fußleisten entfernen, Abkleben zwischen Wand und Estrich und umlaufend an Wänden, Decke und Boden, Verbundträger zusammenkleben). 2. Tag: Unterkonstruktion anbringen, beplanken und luftdicht abkleben. 3. Tag: Konstruktion ausblasen lassen und Flankendämmung anbringen (+ streichen, falls gewünscht). Insgesamt waren es zusammen etwa 60 Stunden, also etwa 4 Stunden pro m². Mit etwas Übung lässt sich diese Zeit sicher deutlich reduzieren.

Unsere Materialkosten lagen für die Konstruktion mit Flankendämmung ohne Ausblasen bei ca. 580 €, also 39 € pro Quadratmeter. Das Ausblasen sollte in der Regel ca. 800 € kosten. Hierdurch ergibt sich ein Gesamtpreis von 1.380 €, was einem Preis von 92 €/m² entspricht.

Aber wieviel könnt ihr sparen? In unserem Fall sind das fast zwei Drittel des Wärmeverlustes ohne Dämmung. Das entspricht etwa knapp 9 € pro Quadratmeter im Jahr, für unsere Wand über 131 € pro Jahr. Die Aktion lohnt sich also schon nach etwa 11 Jahren. Wegen der höheren Oberflächentemperaturen steigt zusätzlich die Behaglichkeit und das Schimmelrisiko sinkt.

Gut investierte Zeit, oder?

Als Mieter solltest du unbedingt deinen Vermieter fragen, bevor du startest! Vielleicht gibt er dir einen Zuschuss, denn sein Gebäude erfährt durch deine Arbeit eine Wertsteigerung.

Wir wünschen dir alles Gute mit deinem Projekt.



Abbildung 44: Wand mit fertiggestellter Flankendämmung

Alle Fotos und Abbildungen: ©Passivhaus Institut. Bis auf Abbildungen 1, 3, 30-32, 36, 38 und 39: ©LEA Hessen/Rundel

Hinweis: Die Inhalte dieser Anleitung wurden sorgfältig recherchiert und getestet. Das Passivhaus Institut und seine Partner und Mittelgeber haften jedoch nicht für möglicherweise entstehende Schäden.

