

Větrat je potřeba také v zimě. Díky rekuperaci to jde i bez tepelných ztrát

21.2.2025 - Petr Lesenský | Dýcháme

V zimních měsících mají lidé přirozenou tendenci méně větrat. Zejména pak z obavy, aby nedocházelo ke ztrátě tepla, a tedy zvýšení nákladů na energie kvůli dalšímu přitápění.

Správné větrání je přitom i během chladného období nesmírně důležité. To proto, aby se v bytě nedržela vlhkost a docházelo k přirozenému doplňování čerstvého vzduchu. Možným řešením je rekuperace, která umožní větrání zcela bez tepelných ztrát.

Snížená potřeba větrat během zimních měsíců sice zdánlivě brání zbytečným únikům tepla, a tím i vyšším nákladům za energie, ve výsledku však takové jednání může přinést více škody než užitku. V nevětraných prostorách se drží vlhkost, která v bytě vzniká během běžných každodenních činností, jako je vaření, sprchování, či dokonce spaní. V takovém prostředí se pak daří různým plísním a dalším mikroorganismům, které představují zdravotní riziko. Dlouhodobé vdechování plísníových spor může způsobovat bolesti hlavy či alergie, ale i tak závažné stavy, jako je trvalé poškození průdušek či astma.

Větrat je potřeba vždy, například i během zhoršené smogové situace. Kromě vlhkosti se v uzavřeném interiéru hromadí oxid uhličitý, jehož zvýšená koncentrace vede k nepříjemným příznakům, jako jsou bolesti hlavy, silná únava či ztráta koncentrace. Platí přitom, že i při zhoršeném ovzduší bude koncentrace oxidu uhličitého venku nižší než ve vnitřním prostředí. „V zimě je dobré větrat intenzivně a krátce, klidně každé dvě hodiny. Naopak je třeba se vyvarovat zbytečně dlouhému větrání jak při takzvané mikroventilaci, tak při dokořán otevřených oknech, navíc s naplno zapnutým topením,“ komentuje **Luboš Rydlo**, produktový specialista společnosti KORADO. „Správný způsob větrání znamená výrazně nižší náklady na přitápění, zato přináší řadu zdravotních benefitů,“ dodává.

Rekuperace zaručí čerstvý vzduch bez větrání. Ocení ji alergici i domácnosti ve velkoměstech

Výrazně komfortnějším řešením, jak docílit čerstvého vzduchu bez nutnosti pravidelného větrání, je pořízení rekuperační jednotky. „Větrací jednotky s rekuperací vzduchu VENTBOX z naší nabídky účinně odvádějí použitý vzduch z místností a současně díky chytré technologii předají teplo z odváděného vzduchu do toho čerstvého. Výsledkem je výrazná úspora energie, nižší provozní náklady a minimalizace tepelných ztrát,“ vysvětluje odborník.

Velkým přínosem jsou pak rekuperační jednotky v domácnostech, v nichž žijí alergici, astmatici či malé děti. Filtry, kterými jsou kvalitní rekuperační jednotky osazeny, zajišťují, že se zpět do bytu nedostanou nežádoucí pyly a prach zvenčí, jako je tomu při větrání otevřenými okny. Centrální rekuperační jednotky navíc účinně odstraňují nadměrnou vlhkost, čímž vytvářejí zdravé prostředí pro celou domácnost.

Nespornou výhodou nabízí větrací jednotky ve velkých městech, kde jejich provoz ocení nejen majitelé bytů orientovaných do rušných ulic, ale také obchody a firmy. „Provoz větracích jednotek je sám o sobě velmi tichý a nenápadný. Díky tomu, že odpadá potřeba větrat otevřenými okny, nedostává se do místnosti nejen smog, ale ani nepříjemný hluk z projíždějících dopravních prostředků a z ulice. To výrazně přispívá k příjemnějšímu bydlení či pracovnímu prostředí,“ podotýká Luboš Rydlo.

Instalace řízeného větrání se zpětnou rekuperací tepla, která zajišťuje stálý přísun čerstvého vzduchu do interiéru při minimalizaci tepelných ztrát, je důležitým krokem také při přechodu domácnosti na pasivní standard. I když rekuperační jednotky znamenají jistou investici, jejich pořízení se nejen vrací díky úsporám na vytápění, ale taktéž se vyplatí s ohledem na zlepšení komfortu a zdraví obyvatel.

<https://www.dychame.cz/vetrat-je-potreba-take-v-zime-diky-rekuperaci-to-jde-i-bez-tepelnych-ztrat>