

DACHBODEN DÄMMEN

Ausführliche Anleitung:

Dämmung einer nicht begehbaren oberen Geschossdecke



Schritt 5: Einbringen der Dämmung

Falls Sie einen begehbaren Belag mit einer belastbaren Unterkonstruktion bauen möchten, würden Sie diese vor der Dämmmaßnahme errichten. Da etwas handwerkliche Erfahrung von Nutzen ist, um eine ebene Fläche herzustellen, verzichten wir auf eine genauere Anleitung. Denn Menschen mit ausreichendem handwerklichem Geschick werden wissen, was zu tun ist.

Grundsätzliches zu den verschiedenen Dämmmaßnahmen:

- Manchmal sind Überzüge in der obersten Geschossdecke eingebaut, also Stahlbetonträger, die eine darunter liegende Wand tragen und als Balken auf der Geschossdecke liegen. Diese müssen ebenfalls rundherum mit der erforderlichen Dämmstoffdicke eingehüllt werden.
- Schornsteine/Abgasleitungen werden mit einem nicht brennbaren Dämmstoff, beispielsweise Mineralwolle WLS 040, umdämmt. Mit 20 cm sind Sie im Ein- oder Zweifamilienhaus auf der sicheren Seite.
- Um den Wärmeverlust an der Giebelwand oder an Haustrennwänden zu reduzieren, sollte dort eine Begleitdämmung angebracht werden. Dafür sollten Dämmplatten mit einer Dicke von 5 bis 10 cm an den Wandseiten etwa 50-100 cm hoch geführt und verklebt werden.
- Die Fußpfetten, also die Holzbalken, die auf der obersten Geschossdecke direkt an der Traufe liegen und auf der die Dachsparren liegen, sollten auch mit Dämmung umhüllt werden. Dafür eignet sich ein weicher Dämmstoff. Liegen die Sparren dagegen auf einem hochbetonierten oder gemauerten Kniestock, sollten wie an der Giebelwand 5 bis 10 cm dicke Dämmplatten an diesem verklebt werden.
- Schützen Sie sich beim Zuschneiden und Verlegen mit Handschuhen, einer Atemmaske und einer Schutzbrille.

5a) Verlegung von Dämmplatten und Dämmmatten:

Verlegen Sie die Matten oder Platten dicht gestoßen. Verlegen Sie sie im Verband, damit keine Kreuzfugen entstehen, indem Sie die zweite Reihe mit einer halben Platten- oder Mattenbreite beginnen. Wenn Sie die Dämmung zweilagig verlegen, dann vermeiden Sie Fugen, die durch das gesamte Dämpaket durchgehen, indem Sie die zweite Lage quer zu der ersten Lage verlegen. Zum Zuschneiden eignen sich spezielle Dämmstoffmesser- oder sägen, Fuchsschwänze oder auch Brotmesser mit einem Wellenschliff. Dämmplatten können auch mit einer Stichsäge zugeschnitten werden.

Schneiden Sie Ausschnitte oder Öffnungen in die Dämmplatten, wenn sie an Pfosten, Durchdringungen, Mauervorsprünge oder ähnlichem angeschlossen werden müssen. Bei festen Dämmstoffen können Sie auch flexible Dämmstoffe als Passstücke oder als Stopfwolle verwenden.

Für gelegentliche Wartungsarbeiten können Sie innerhalb weicher Dämmung begehbare Laufwege aus druckfesten Dämmplatten, wenn erforderlich mit Gehbelag, verlegen.

5b) Verlegung von Verbundelementen mit Nut und Feder:

Verbundelemente können beispielsweise aus Polysterol- oder Polyurethan- Dämmung mit einem verklebten Plattenbelag aus Gipsfaser oder Holzwerkstoff zusammengesetzt sein.

Um die Elemente zuzuschneiden, eignet sich eine Stichsäge. Die erste Platte müssen Sie dicht an die Wand und die Fußpfette stoßen können. Schneiden Sie, wenn erforderlich, die Nut und den überstehenden Belag weg und schieben sie das erste Element dicht in die Ecke. Dann verlegen Sie die nächsten Elemente passend mit Nut und Feder, bis kein komplettes Element mehr passt. Messen Sie das fehlende Stück aus und schneiden Sie eine Platte passend zu. Achten Sie darauf, dass Sie die Seite für den Schnitt so wählen, dass Nut und Feder von der zugeschnittenen und der letzten liegenden Platte zueinander passen. Mit dem Reststück beginnen Sie die nächste Reihe und verlegen auf diese Weise Die Verbundelemente auf dem gesamten Dachboden. Vermeiden Sie beim Verlegen Kreuzfugen. Wenn erforderlich, schneiden Sie Ausschnitte oder Öffnungen für Pfosten, Durchdringungen Mauervorsprünge oder ähnliches oder stopfen Sie diese Lücken mit einem weichen Dämmstoff.

Falls es die fertigen Dämmelemente nicht in ausreichender Dicke/WLS gibt, können als erste Lage, Dämmplatten des gleichen Dämmstoffs ohne Aufkaschierung verlegt werden. Achten Sie beim Verlegen der zweiten Lage darauf, dass die Fugen versetzt sind.

5c) Schüttung von Zellulose:

Umbauen Sie zunächst die Bodenluke mit einem Kasten aus OSB-Platten oder ähnlichem, damit die Dämmung nicht durch das Loch fällt. Bringen Sie einige Ballen Zelluloseflocken auf den Dachboden. Falls Sie eine Luftdichtheitsbahn verlegt haben, legen Sie einen Ballen auf ein Stück OSB-Platte oder auf eine andere Unterlage, um die Bahn zu schützen, und öffnen den Ballen. Anschließend lösen Sie die fest zusammengedrückten Flocken des Ballens mithilfe eines Rühraufsatzes für Bohrmaschinen, wie er zum Mischen von Farbe oder Mörtel verwendet wird. Setzen Sie eine Staubmaske auf, um Ihre Lunge zu schützen. Beginnen Sie nun, Schicht für Schicht vom Zelluloseballen mit dem Rührer abzutragen. Dabei wird das Volumen des Dämmstoffs deutlich zunehmen.

Verwenden Sie ein Kehrblech oder einen stumpfen Gegenstand, um das gelockerte Material auf dem Dachboden zu verteilen. Überprüfen Sie dabei mit einem Zollstock oder Maßband die Höhe

des Dämmstoffs. Um eine gleichmäßige Höhe zu erzielen, können Sie mit einer Wasserwaage oder einer Latte den Dämmstoff abziehen.

Besprühen Sie alle paar Quadratmeter die oberste Schicht des Dämmstoffs mit Wasser. Ähnlich wie bei Pappmaché verkleben die Zelluloseflocken miteinander, wodurch sich eine „Haut“ bildet. Diese schützt davor, dass der Wind, der eventuell durch den Dachboden weht, die Zelluloseflocken verteilt.

So füllen Sie die gesamte Fläche des Dachbodens aus.

An den Wänden, die vom warmen Wohnraum ins kalte Dachgeschoss führen, sollten Sie zur Reduzierung von Wärmebrücken die Zellulose etwa 60 cm höher als die normale Dämmdicke aufhäufen. Besprühen Sie zunächst die Wand mit Wasser, drücken Sie die Zellulose beispielsweise mit einer Dämmstoffplatte an und sprühen Sie erneut.

Für gelegentliche Wartungsarbeiten können Sie Stege bauen, indem Sie eine Unterkonstruktion bauen und mit Holzwerkstoffplatten oder Holzbohlen belegen.

Weitere Infos: Pflichten und Förderung

Decken beheizter Räume zum unbeheizten Dachraum (oberste Geschossdecken oder auch Dachböden) müssen nach den Vorgaben des Gebäudeenergiegesetzes (GEG) gedämmt werden, sofern nicht das darüberliegende Dach gedämmt ist oder die bestehende Decke die Anforderung an den sogenannten bauphysikalischen Mindestwärmeschutz einhält. Dieser dient allerdings nur dem Feuchteschutz, aber nicht der Einsparung von Heizenergie, weshalb auch dann eine Dämmung des Dachbodens sinnvoll sein kann.

Eine Ausnahme von der Nachrüstverpflichtung besteht für Eigentümer*innen in selbstgenutzten Ein- und Zweifamilienhäusern, bei denen mindestens eine Wohnung vor 2002 von den Eigentümer*innen selbst genutzt wurde. Dann greifen die Anforderungen erst bei einem Eigentümerwechsel mit einer Frist von zwei Jahren. Aber auch in diesem Fall, ist es ratsam, die oberste Geschossdecke zu dämmen, um Energie zu sparen. Lassen Sie sich gerne dazu beraten.

Als Mieter*in können Sie nachfragen, ob bei Ihnen im Haus diese Pflicht besteht und ob sie bereits erfüllt wurde.

Wenn Sie als Eigentümer*in die Maßnahme nicht selbst durchführen möchten, steht Ihnen ein Fachbetrieb zur Seite. Ansprechbar sind zum Beispiel Zimmereien, Trockenbaubetriebe oder Dachdeckereien. Finanzielle Unterstützung erhalten Sie über das Förderprogramm „Bundesförderung für effiziente Gebäude – Einzelmaßnahmen (BEG EM)“ des Bundesamts für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA). Einen Förderkredit für Einzelmaßnahmen "Energieeffizient Sanieren – Kredit (151, 152)" erhalten Sie über die KfW.

Aber die mit der energetischen Sanierungsmaßnahme verbundenen Materialkosten einer Eigenleistung sind förderfähig. Die fachgerechte Durchführung und die korrekte Angabe der Materialkosten müssen durch eine Energieeffizienz-Expertin oder einen -Experten oder ein berechtigtes Fachunternehmen bestätigt werden.