

Når luftfuktigheten faller, reagerer gulvet

Statisk elektrisitet, tørre hender og sprekker i tregulvet. Vinteren gir lavere luftfuktighet i norske boliger, og det merkes både på kroppen og i treverket.

Av Iver Valkvæ/ifi.no, ifi.no



Vinterluften inneholder lite fuktighet, og når den kalde uteluften varmes opp innendørs, tørker den ytterligere. I moderne boliger med effektiv ventilasjon kan luftfuktigheten falle til nivåer som påvirker både mennesker og materialer negativt. Tregulv er blant de første materialene som reagerer når luftfuktigheten blir lav.

For lave verdier om vinteren

– Vi vet at mange får for lav luftfuktighet inne i løpet av vinteren. Her er Norge i særklasse, siden vi bor i et kaldt land som krever mye oppvarming innendørs. Det er ikke uvanlig med perioder med under ti prosent luftfuktighet i boligen, og det er ikke sunt for noen, sier teknisk rådgiver i IFI, Chera Westman.

Relativ fuktighet angis i prosent og viser hvor mye vanndamp luften inneholder sammenlignet med hva den maksimalt kan holde. En generell anbefaling blant fagmiljøer er at den relative luftfuktigheten innendørs bør ligge mellom 30 og 60 prosent. Verdier under 20 prosent kan føre til slimhinne- og øyeirritasjon, tørr hud og økt statisk elektrisitet.



STATISK: Tørr inneluft kan føre til økt statisk elektrisitet, noe som ofte merkes både på hår, klær og tekstiler om vinteren.

Tregulvet reagerer på tørr luft

Når luftfuktigheten faller, begynner treverket å avgi fuktighet til omgivelsene. Da krymper det.

– For å finne ut hva som anses som farlig for et tregulv, burde vi nesten spurt gulvet selv, sier Anders Kirkelund, teknisk rådgiver hos Tarkett.

Han forklarer at lav luftfuktighet over tid øker risikoen for uønskede reaksjoner i treverket.

– Jo mer treverket tørker, desto større blir risikoen for sprekkdannelser, kuling og andre deformasjoner. Det kan vise seg som åpne mellomrom mellom plankene, konkav kuv på tvers av bordene og sprekker i kvister eller selve treverket.

I gulv med sparklede områder kan det også oppstå høydeforskjeller eller glipper mellom sparkel og treverk.

– Dette er naturlige reaksjoner når fuktigheten fordamper fra treet og det begynner å krympe, sier han.



INNEKLIMA OG GULV: Ifølge Anders Kirkelund kan langvarig tørr inneluft føre til større bevegelser og skader i tregulv.

Midlertidig – eller varig?

Når det oppstår glipper, knirk eller små sprekker i gulvet, er det mange som lur på om skadene blir stående. Går dette over når våren kommer og luftfuktigheten stiger igjen?

– Treverk har en naturlig evne til å tilpasse seg omgivelsene. Når luftfuktigheten øker igjen, trekker fuktighet tilbake inn i materialet og krympingen stopper. På den måten kan man si at naturen reparerer seg selv, sier Kirkelund.

Samtidig advarer han mot langvarig tørt inneklima.

– Hvis den lave luftfuktigheten varer lenge nok, og bevegelsene i treverket blir store nok, kan det oppstå permanente skader.



BEVEGELSE: Sprekker og gliper i tregulv oppstår ofte når luftfuktigheten blir lav. Når nivåene øker igjen, kan treverket trekke seg sammen.

Derfor blir det så tørt i Norge

Kirkelund peker på klimaet og moderne byggeskikk som hovedforklaringer.

– Om vinteren bindes mye av fuktigheten ute i snø og is. Luften vi trekker inn er derfor kald og tørr. I moderne boliger varmes denne luften opp gjennom ventilasjonssystemet, samtidig som brukt og fuktig luft sendes ut.

Resultatet kan bli et svært tørt innneklima, særlig i nyere og godt isolerte boliger med effektiv ventilasjon.

– På mange områder gir dette bedre innneklima, men ulempen er at vi ofte ender opp med for lav luftfuktighet.

Hva kan boligeiere gjøre?

Ifølge Anders Kirkelund er det viktig å måle og følge med på nivået til luftfuktigheten og temperaturen.

– Det første man bør skaffe seg og benytte er et hygrometer. Det er dette instrumentet som kan vise hvilke verdier man har i omgivelsene. Verdien som er anbefalt fra de aller fleste fagfolk er å holde luftfuktigheten mellom 30 og 60 prosent.

Er luftfuktigheten lav, finnes det flere enkle grep.

– Man kan benytte en luftfukter, tørke klær i oppholdsrom i stedet for å bruke tørketrommel, la døren stå

åpen etter dusj og la vanndamp fra matlaging komme ut i rommet.



KOKENDE VANN: Damp fra koking under matlaging er ett av flere enkle tiltak som kan øke luftfuktigheten innendørs. Neste gang du koker poteter eller pasta, skru av avtrekksviften.

Kirkelund understreker at man bør være forsiktig med tiltak dersom man ikke vet hvilke verdier man faktisk har.

– Hvis man ikke har et hygrometer i boligen, bør man vise en viss forsiktighet med å sette inn for mye tiltak. Dette for å unngå uønskede reaksjoner på andre områder, som for eksempel kondensering av fuktighet på overflater i bygningen.

Har du gulvvarme, kan justering av temperaturen ha direkte betydning for hvor mye gulvet beveger seg.

– Krympingen i tregulvet øker som regel i takt med temperaturen på gulvvarmen. Høy gulvvarme gir høyere fordamping og derav større bevegelser i treverket, sier Kirkelund.



RELATIV FUKTIGHET: Et hygrometer viser luftfuktigheten innendørs. Om vinteren kan verdiene falle svært lavt, noe som påvirker både inneklima og tregulv.

Viktig å måle før man gjør tiltak

Teknisk rådgiver i IFI, Chera Westman, oppfordrer også til å måle før man setter inn tiltak.

– Gå til innkjøp av et hygrometer. Dette er et enkelt instrument som ikke koster mye, og lar deg følge med på hvor fuktig eller tørt det faktisk er.

Hun peker på at mange ikke er klar over hvor tørr luften kan bli om vinteren.

– Statisk elektrisitet, tørr hud på hendene og irriterte luftveier er tegn på at inneluften kan være for tørr, avslutter Westman.

4 tips for bedre luftfuktighet

Tilfør fuktighet gjennom hverdagslige gjøremål, som å koke poteter uten lokk, sette opp baderomsdøren etter du har dusjet og tørke klesvasken i stuen. Senk innetemperaturen. 1 grad lavere temperatur kan øke luftfuktigheten med 2-3 prosent. Mengde vann i luften vil være den samme, men fordampingen vil skje saktere. Sjekk at ventilasjonsanlegget ikke står på unødvendig høy luftmengde. Det kan være at anlegget gir mer luft enn anbefalt, eller det kan være behov for andre justeringer. Kjøp et hygrometer og sjekk om det virkelig er så tørt som du tror.

Mer informasjon

IFI.no

- Tarkett: <http://www.tarkett.no/>