



Strahlungswärme - Infrarothheizungen

Was haben ein Hamam und eine Ofenbank gemeinsam? Und wie kannst Du das für Deine Küche als Heizung nutzbar machen?

By Marlene Korff | 18. Juni 2021

In einem Hamam gibt es einen beheizten Steinblock, auf dem man liegen kann. Wer ein Hamam schon einmal besucht hat, weiß wie angenehm diese Wärme ist und wie schnell man Gefahr läuft, durch Schnarchen aufzufallen. Ofenbänke in alten Bauernhäusern haben einen ähnlichen Effekt, wenn man gemütlich nach einem Schneespaziergang „nur ein bißchen lesen“ will..

Infrarothheizung: die Wärmewellenheizung

Wellness und Saunieren ist nichts Neues. Infrarot-Kabinen hingegen schon eher. Wobei so wirklich neu ist das ja nicht. Denn was sind Infrarot-Heizungen eigentlich? Genau, Strahlungsheizungen. Und was ist die älteste Strahlungsheizung, die wir kennen? Richtig! Die Sonne. Und die sendet Infrarotstrahlen zu uns auf die Erde.

Die stärkste natürliche Infrarotquelle ist die Sonne. Schon in der Antike wurde ihre "Wärmestrahlung" zur Linderung von Beschwerden genutzt. Künstlich erzeugte Infrarotstrahlung wird daher aufgrund ihrer wohltuenden Wirkung in der Medizin und im Wellnessbereich vielfältig genutzt.¹

Soweit, so gut.

Was hat jetzt dieses Saunading mit Deiner Heizung zu tun?

Es gibt Infrarothheizungen, die man an die Wand hängen kann. Marktübliche Infrarothheizungen bestehen aus einem Plattenheizkörper und einer



Elektroinstallation dahinter, die den Plattenheizkörper erwärmt und die Wärme in den Raum abstrahlt. Sie werden entweder direkt an die Elektroinstallation angeschlossen, oder einfach in die Steckdose gesteckt.

Dies macht sie besonders für Mietwohnungen attraktiv, weil man sie bei einem Auszug einfach mitnehmen kann. Besonders in Altbauten eignen sich solche Heizkörper, um eine schnelle, effektive Heizquelle nachzurüsten, ohne eine große Baustelle aufmachen zu müssen. Allerdings muss man vorsichtig sein, welches Produkt man wählt, da schlecht verarbeitete Produkte ein großes elektrostatisches Feld aufbauen können und damit gesundheitsschädlich sein können. Plattenheizkörper ist aber auch nicht gleich Plattenheizkörper. Was den Wirkungsgrad angeht, gibt es deutliche Unterschiede. Es gibt Hersteller, die eine Metallplatte mit einer elektrischen Spule dahinter als Infrarotheizung deklarieren. Es gibt aber auch Hersteller, die 2cm dicke Steinplatten mit einer elektrischen Spule versehen und damit einen schwereren Massekörper mit Wärme versorgen, der diese dann besser speichern und langsamer abgeben kann. Also sowas wie der Stein im Hamam.

Möchtest Du diese Art der Heizung als primäre Heizung einsetzen, musst Du Dir im Klaren sein, dass Du nicht einfach nur einen Plattenheizkörper in die Steckdose stecken kann und damit ist die Wohnung geheizt. Je nach Größe des Raumes musst Du Dich über den Wärmebedarf und die damit verbundene Kapazität eines Plattenheizkörpers informieren. Es ist wahrscheinlich, dass ein Plattenheizkörper für einen durchschnittlichen Wohnraum nicht ausreicht. Außerdem ist der Energieträger für diese Heizung Strom. Das ist nicht besonders ökologisch, je nachdem wo der Strom herkommt und es ist auch deutlich teurer als jede andere Art der Heizung. Deshalb wird die Infrarotheizung gerne als Ergänzung zu einem anderen Heizsystem genommen, oder wenn in manchen Bereichen eine Heizung komplett fehlt, oder nicht genug Behaglichkeit erschaffen kann.

Durch die einfache Installation und die kurze Aufheizzeit lässt sich die Infrarotheizung als Übergangslösung im Frühjahr oder Herbst einsetzen, wenn es nicht noch nicht lohnt, die Hauptheizung einzuschalten. Als ganzjährige Zusatzheizung kann sie Fußbodenheizungen ergänzen, die eher träge arbeiten und keine spontane Änderung der Raumtemperatur zulassen. Da beim Heizen mit Infrarotstrahlung keine Staubverwirbelungen auftreten, sind die Heizgeräte auch gut für Allergiker geeignet.²



Infrartheizungen sind charmante Lösungen, um Räume zusätzlich zu temperieren, oder Aufenthaltsräume ganz ohne Heizung mit geringem Aufwand nachzurüsten. Hierbei zeigen sich deutliche Vorteile:

- 🌿 Körperähnliche Strahlungswärme
- 🌿 Sehr schnelle Wärme
- 🌿 Einfache Installation, ohne Baustelle
- 🌿 Wartungsarm
- 🌿 Kann mit umgezogen werden
- 🌿 Allergikerfreundlich

1 https://www.bfs.de/DE/themen/opt/anwendung-medizin-wellness/infrarot/infrarot_node.html

2 <https://www.baunetzwissen.de/heizung/tipps/news-produkte/infrarot-strahlungsheizung-fuer-behagliche-waerme-5285959>