

# Heizkosten sparen. Wie macht Ihr das so?

Beitrag von „BigHackintosh“ vom 23. Oktober 2021, 12:36

[Zitat von Sascha 77](#)

ob dort die Rückflussverzögerung denn auch richtig eingestellt ist. Und es war tats. so das alle volle Suppe aufgedreht waren.

Hallo Sascha,

das ist keine Rückflussverzögerung, sondern eine lapidare Rücklaufverschraubung und die sollte stets voll aufgedreht werden (zum Schutz vor dem Festsitzen: voll aufdrehen und dann ein paar mm zurückdrehen).

Es lässt sich keine Energie sparen, wenn man die Rücklaufverschraubungen zudreht und somit den Volumenstrom drosselt. Ganz im Gegenteil: Heizungswasser ist in der Regel ein recht verschmutztes Wasser und so kann es passieren, dass sich an der Rücklaufverschraubung der gesamte Schmutz absetzt, denn die Rücklaufverschraubung ist kpl. anders aufgebaut, als das Thermostatventil. Außerdem kann es zu Strömungsgeräuschen kommen, wenn die Rücklaufverschraubungen zuge dreht sind.

Es liegt also nicht daran, dass Wasser möglichst lange im Heizkörper zu halten, um entsprechend genügend Energie an den Raum abzugeben.

Wenn du Energie sparen möchtest, solltest du dir zu dem Thema "Hydraulischer Abgleich" ([https://de.wikipedia.org/wiki/Hydraulischer\\_Abgleich](https://de.wikipedia.org/wiki/Hydraulischer_Abgleich)) entsprechende Artikel durchlesen. Eine nicht korrekt abgeline Anlage kann bis zu 25% Mehrkosten auslösen. Normal wird der Abgleich vom Heizungsbauer vorgenommen, aber je nachdem wie alt die Anlage ist, wurde dies vermutlich damals noch nicht durchgeführt.

Auch ein korrektes Lüftungsverhalten kann zu Energieeinsparungen führen. Luft ist ein sehr schlechter Wärmeträger. Wenn die Luft in den Wohnräumen zu trocken ist, kann die Luft auch nur sehr schlecht Wärme aufnehmen. Gerade bei normalen Heizkörpern (welche die Wärme bis zu 60% über Konvektion verbreiten) sollte man auf eine gesunde Luftfeuchte achten. Ich gehe

jedoch davon aus, dass du im Altbau eher das gegenteilige Problem hast und regelmässig Stoßlüften musst, um die zu hohe Feuchtigkeit aus der Bude zu bekommen.

Solltest du keine Thermostatventile mit Einzelregulierung und Feineinstellung haben, dann ist kein hydraulischer Abgleich möglich. Hier wäre dann über einen Austausch der Thermostatventile nachzudenken.

Die beste Möglichkeit der Energieeinsparung ist ein gedämmtes Haus, moderne Fenster und ein gesundes Lüftungskonzept. Irgendwelche seltsamen Dinge aus Bauhäusern kosten nur Geld und bringen überhaupt nichts.