

Mehr Komfort von oben bis unten: Tipps zur Dämmung von Geschossdecken

Die **Dämmung von Geschossdecken** in Gebäuden erfüllt zwei wesentliche Aufgaben: den Wärme- und den Schallschutz.

Die wichtigsten Decken aus Sicht der **Wärmedämmung** befinden sich im obersten und untersten Geschoss. Das sind in der Regel das Dach (oberste Geschossdecke) und der Keller (Kellerdecke), kurzum der Übergang von beheizten zu nichtbeheizten Räumen.

Die **Dämmung der obersten Geschossdecke** ist nicht nur sinnvoll, sondern gleichzeitig Pflicht: Denn diese muss laut [Energieeinsparverordnung \(EnEV\)](#) gedämmt werden. Und zwar so, dass der Wärmedurchgangskoeffizient (U-Wert) der obersten Geschossdecke maximal $0,24 \text{ W}/(\text{m}^2\cdot\text{K})$ beträgt. Wenn **Kellerdecken** nachträglich gedämmt werden, sollte der I-Wert $0,30 \text{ W}/(\text{m}^2\cdot\text{K})$ nicht überschreiten. Diese Werte sind schon mit einer Lage [Mineralwolle](#) bei einer Stärke von 10-15 cm – abhängig von der Wärmeleitfähigkeit der eingesetzten Glas- oder Steinwolle – zu erreichen.

Bei allen anderen **Geschossdecken**, die sich zwischen beheizten Etagen befinden, sorgt Mineralwolle in erster Linie als **Schalldämmung**, insbesondere in Mehrfamilienhäusern und Bürogebäuden, für noch mehr Wohn- und Arbeitskomfort.

Hält dicht: So bringen Sie eine Dampfsperre oder Dampfbremse an

Sobald Sie **Decken dämmen**, an denen größere Temperaturunterschiede existieren – also die warme und kalte Seite aufeinandertreffen und damit Feuchtigkeit kondensieren kann – müssen Sie, abhängig vom Bauteil, eine **Dampfdiffusionssperre** bzw. -bremse (kurz: Dampfsperre/-bremse) einbauen. Das ist vor allem bei älteren Holzbalkendecken auf dem Dachboden und im Keller der Fall.

Diese **Dampfsperre** wird auf der warmen Seite der Konstruktion meistens in Form einer Folie aus Kunststoff angebracht. Im Unterschied zur Dampfsperre ist die normalerweise ebenfalls aus Kunststoffolie bestehende **Dampfbremse** nicht ganz so dampfdicht.

Die Folie verhindert das Eindringen von Feuchtigkeit in Form von Wasserdampf in die Konstruktion und beugt damit Schimmelbildung vor.

Tip: Wenn Sie eine **Dampfsperre** anbringen, achten Sie darauf, dass diese zu 100 Prozent luftdicht ist. Die Folie sollte deshalb vor möglichen Beschädigungen durch besondere Sorgfalt bei der Verlegung geschützt werden.

Der Dämmstoff

Gute Dämmung hat einen Namen: Mineralwolle
<https://www.der-daemmstoff.de>

Eine **Dampfbremse** ist ebenfalls luftdicht an alle anschließenden und durchdringenden Bauteile anzuschließen.

In Abhängigkeit von den umgebenden Klimabedingungen lassen sogenannte variable Dampfbremsen je nach Temperatur und Feuchtigkeitsverhältnissen mehr oder weniger Feuchtigkeit durch, was etwa für das Austrocknen feuchter Konstruktionen hilfreich sein kann. Bei heutigen modernen diffusionsfähigen Bauteilaufbauten verwendet man deshalb Dampfbremsen anstatt Dampfsperren.

*Tipp: Geschlossene Dämmsysteme wie eine Dämmung mit Dampfsperre oder Dampfbremse können **Heimwerker** ohne Weiteres selbst auf glatten und ebenen Untergründen, d.h. einer Geschossdecke, anbringen. Wenn Sie jedoch komplizierte Anschlüsse an angrenzende Bauteile vornehmen müssen, ist es ratsam, Fachleute hinzuzuziehen.*

Das empfiehlt der Fachmann

Uwe Orlamünde, ausgebildeter Tischler, gründete 2005 seine eigene Baufirma Unibau-Mitte (www.unibaumitte.de), die vielseitige Bauaufgaben, einschließlich die Dämmung von Gebäuden, erfüllt. Hinsichtlich der Dämmung von Geschossdecken lautet seine Empfehlung:

Der Bestand gibt im Allgemeinen die Dämmstärken vor. Bei einer integrierten Dämmung von z.B. einer Balkendecke richtet sich die Dämmung nach der Tiefe der Träger, ähnlich verhält es sich bei einer nichttragenden Ständerwand. Grundsätzlich sollte die verlegte Dämmung eine hohe Wärmedämmfähigkeit aufweisen, d.h. über einen niedrigen U-Wert verfügen. Denn umso höher ist der spätere Wohnkomfort – unabhängig davon, ob es sich um eine Wärme- oder Schalldämmung handelt.

Reduziert den Schall zwischen den Geschossen: Zwischendecken dämmen

Mithilfe einer **Dämmung der Zwischendecken** lassen sich Tritt- und Raumschall im Gebäude spürbar reduzieren. Dies spielt vor allem in Mehrfamilienhäusern und Büros eine wesentliche Rolle. Die führenden Hersteller von Mineralwolle – **climowool, Rockwool Deutschland, Knauf Insulation, Saint-Gobain Isover** und **Ursa Deutschland** – bieten dafür verschiedene Lösungen an, die entweder oberhalb der Decke (sprich unter dem Fußboden des darüber liegenden

Der Dämmstoff

Gute Dämmung hat einen Namen: Mineralwolle
<https://www.der-daemmstoff.de>

Geschosses) oder unterhalb der Decke (abgehängte Decken) angebracht werden.

Im Falle einer **Trittschall- oder Fußbodendämmung** entkoppeln spezielle **Mineralwollämmplatten** effektiv die Schwingungen zwischen dem Fußboden, z.B. ein harter Fußbodenbelag aus Parkett oder Fliesen, und der tragenden Konstruktion (Decke und Wände).

Decken mit einer entsprechenden Masse (z.B. Stahlbetondecken) reagieren träge und sind daher weniger schallübertragend. Holzbalkendecken dagegen geraten leichter in Schwingung und müssen deshalb stärker gedämmt werden. Eine vollständige Verfüllung der Deckenhohlräume zwischen den Balkenträgern mit **Mineralwolle** leistet dabei die gewünschte Abhilfe.

Tip: Zur **Trittschalldämmung** auf der Decke eignen sich am besten sogenannte Trittschallplatten aus druckfester Stein- oder Glaswolle. Diese lassen sich leicht mit dem Messer zuschneiden und bündig verlegen. Außerdem bieten sie einen idealen, d.h. festen und ausgleichenden Unterbau für einen darauf zu verlegenden Fußboden. Bei nicht begehbaren Dachböden können Sie auch flexible Produkte aus Mineralwolle verwenden.

Fazit zur Dämmung von Geschossdecken

Vom Dach bis zum Keller: Aufgrund der guten Dämmeigenschaften mit Blick auf den **Wärme- und Schallschutz** bei gleichzeitig hervorragendem **Brandschutz** eignen sich Produkte aus **Mineralwolle** besonders gut für die **Dämmung** aller Arten von Geschossdecken. Außerdem lassen sich Glaswolle und Steinwolle auch von Hobby-Handwerkern leicht verarbeiten.