

Verbraucherzentrale Bayern e.V.

19. August 2025

Dachdämmung schützt vor Hitze und Energieverlust

Der Dämmatlas der Verbraucherzentrale zeigt Maßnahmen zur energetischen Sanierung

Mit den zunehmend heißeren Sommern wird der Hitzeschutz in den eigenen vier Wänden immer wichtiger – vor allem unter dem Dach. Denn hier staut sich die Hitze besonders schnell. „Eine gute Dachdämmung schützt nicht nur Dachgeschoss-Bewohner vor drückender Hitze, sondern sie verbessert auch das Raumklima im gesamten Haus“, sagt Sigrid Goldbrunner, Energieexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern. Doch Dämmung lohnt sich nicht nur im Sommer: „Im Winter verhindert sie, dass wertvolle Wärme verloren geht. Ein unsaniertes Haus verliert etwa 20 Prozent seiner Wärme über das Dach“, so Goldbrunner weiter.

Dachziegel können sich im Sommer auf bis zu 80 Grad Celsius aufheizen. Eine fachgerechte Isolierung kann den Wärmeeintrag spürbar reduzieren, sorgt für angenehme Raumtemperaturen und spart gleichzeitig Heizkosten im Winter. Je nach Ausgangszustand sind durch eine Dachdämmung Einsparungen von mehreren Hundert Euro im Jahr möglich. Besonders wirksam sind Maßnahmen wie die Aufsparrendämmung im Rahmen einer Dachsanierung, die Zwischensparrendämmung von innen oder die Dämmung der obersten Geschossdecke.

Mit dem Dämmatlas zur passenden Lösung

Wer eine Sanierung plant, findet hilfreiche Unterstützung im Dämmatlas der Verbraucherzentrale unter verbraucherzentrale-energieberatung.daemmatlas.de. Das Online-Tool bietet einen unabhängigen und umfassenden Überblick über vielfältige Möglichkeiten zur energetischen Sanierung. Ob kleinere Dämmmaßnahmen zum Selbermachen oder umfassende Sanierungsprojekte – der Dämmatlas hilft dabei, die passende Lösung zu finden, um Heizkosten zu senken und das Haus fit für zunehmende Hitzewellen zu machen.

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale Bayern berät herstellerunabhängig und produktneutral über die wichtigsten Eigenschaften verschiedener Dämmstoffe – inklusive aktueller Informationen zu Förderprogrammen. Die Beratung findet online, telefonisch oder in einem persönlichen Gespräch statt. Mehr Informationen gibt es auf <https://verbraucherzentrale-energieberatung.de/> oder bundesweit kostenfrei unter 0800 –

809 802 400. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie.