

Fensterlaibung von außen dämmen

Du hast ein Fenster ohne Rollläden, das noch gut in Schuss, und in eine noch nicht wärmegeämmte Außenwand eingebaut ist? Dann dämme die Fensterlaibung von außen, spare Energie, bares Geld und verringere dabei das Risiko von Schimmel innen am Rahmen und an der Fensterlaibung.

Die außenseitige Laibungsdämmung ist eine Möglichkeit, auch neuere Fensterrahmen zu verbessern und vor Witterungseinflüssen zu schützen. Die Maßnahme ist ein erster Schritt auf dem Weg zu einer energieeffizienten und wärmebrückenarmen Kombination aus Fenster und Wanddämmung. Wenn du deine Fenster in den kommenden zwei bis drei Jahren ohnehin erneuern möchtest, lohnt sich diese Maßnahme für dich nicht. Ziehe lieber den Fenstertausch vor, am besten gleich in Verbindung mit der Wanddämmung. Für dieses DIY-Projekt brauchst du handwerkliche Erfahrung, Spaß an präziser Arbeit und (neben anderem Werkzeug) eine Tischkreissäge.

Das Prinzip ist ganz einfach. Mit der Tischkreissäge profilierst du die Dämmplatten und klebst sie in die äußere Fensterlaibung. Dabei solltest du einen halbwegs druckfesten, nicht verrottenden Dämmstoff nehmen. Wir verwenden hier XPS (expandiertes Polystyrol). Das ist recht preiswert und gut zu bearbeiten. Du kannst die Dämmung mit einem Farbanstrich veredeln, bis der nächste Schritt der Modernisierung, die Außendämmung, kommt. Zusätzlich bringst du noch Dichtungen an, um die Luftdichtheit deines Fensters zu verbessern.

Materialliste

1. Feste Dämmstoffplatten mit glatter Oberfläche und geschlossenen Zellen
2. Silikon-Fassadenfarbe
3. Transparenter oder weißer Montage- oder Dichtkleber aus der Kartusche oder dem Schlauchbeutel
4. PVC-Kunststoffwinkel
5. Selbstklebende Schlauchdichtung

Werkzeugliste

1. Meterstab, Stift, Papier, Cutter-Messer, Schere
2. Tischkreissäge mit Anschlägen und Führungen, am besten mit Absaugung
3. Schutzbrille & Gehörschutz
4. Schleifmaschine oder Schleifklotz
5. Pinsel, Putzzeug
6. Kartuschenpresse oder Schlauchbeutelpestole

Hinweis

Fenster aus Metall oder mit Außenschalen aus Metall zu überdämmen hat fast keinen Effekt. Solche Fenster kannst du mit dieser Anleitung kaum verbessern.

„Alten Fensterrahmen schützen, weniger Zugluft, mehr Klimaschutz. Das lohnt sich. Cool, oder? Na, dann los.“

Lies dir aber bitte diese Anleitung erst durch, bevor du startest.“



Abbildung 1: Links: Fenster vor der Maßnahme. Mitte: Mit Laibungsdämmung und mit (noch unverputztem) Wärmedämmverbundsystem (rechts).



Vorbereiten

Ein Fensterrahmen besteht aus mindestens zwei Teilen: Der *Blendrahmen* ist der feststehende Teil, der in der Wand verankert ist. Die Nische, in der das Fenster in der Wand verankert ist, wird Laibung genannt. Der *Fensterflügel* oder *Flügelrahmen* ist der Teil, den du öffnen kannst. Hier ist auch die Scheibe eingelast.

1. Miss die Fenster, die du verbessern möchtest sorgfältig von außen. Mach dir eine Liste mit den Maßen und eine Skizze. Ein Beispiel findest du in Abbildung 2

Achte bitte darauf, dabei entsprechende Sicherheitsvorkehrungen zu treffen, um einen Sturz aus dem Fenster zu verhindern!

Arbeite nicht alleine!

Folgende Größen sind wichtig:

- Die Breite, Höhe und Tiefe der einzelnen Fensterlaibungen.
 - Der Abstand zwischen Putz und Flügelrahmenkante (im Beispiel 58 mm).
 - Die Differenz zwischen der Blendrahmen-Außenkante und jener der Flügelrahmen (im Beispiel 14 mm).
2. Mach dir eine Zeichnung, wie deine Laibungsdämmplatten später aussehen werden. In Abbildung 3 findest du ein Beispiel. Bedenke, dass die Dichtung zum Flügelrahmen etwa 3 mm, der Montagekleber ca. 1-2 mm aufträgt.
 3. Die neue Fensterdichtung hält auf dem Dämmstoffprofil nicht. Plane darum einen Kunststoff-Eckwinkel, den du in die Laibungsdämmung einnutest. Darauf klebst du dann die Schlauchdichtung (Siehe Abbildungen 3 und 4).
 4. Besorge dir nun im Baumarkt oder im Onlinehandel die Dämmstoffplatten in der richtigen Stärke und das andere Material aus der Liste.

Herstellen der Laibungsdämmplatten

1. Profiliere die Dämmplatten anhand deiner Skizze mit der Kreissäge.
2. **Achte dabei bitte auf die nötige Sicherheit: Trage stets Gehörschutz und Schutzbrille, aber keine Handschuhe. Lange Haare versteckst du in einer Kappe, einem Haarnetz oder einem Knoten. Sorge, falls du nicht mit einer Absaugung arbeitest, für ausreichende Belüftung.**

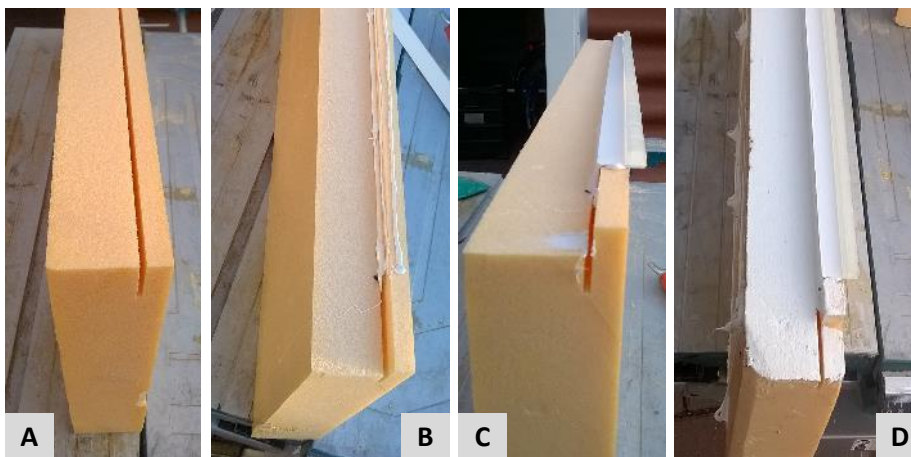


Abbildung 4:

A: Erster Schnitt gesetzt.

B: Zweiter Schnitt gesetzt, Montagekleber auf die Kante aufgebracht und Nut für den Kunststoffwinkel gefüllt.

C: Kunststoffwinkel in die Nut eingedrückt und Schlauchdichtung aufgeklebt.

D: Profil mit Fassadenfarbe gestrichen.

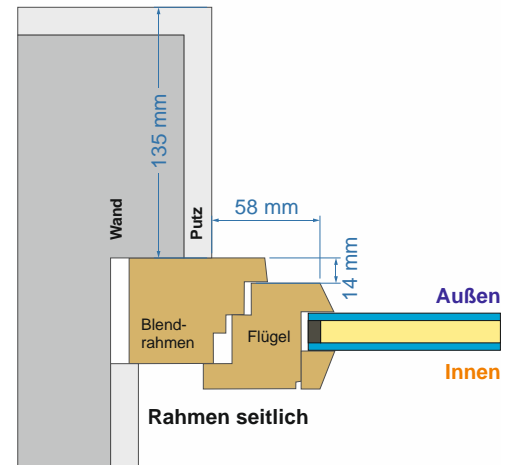


Abbildung 2: Vermesse die Außenseite der Rahmen, um die Laibungsdämmung profilieren zu können. Die seitlichen und oberen Rahmenprofile sind meist gleich. Das Profil unten überdämmst du nicht, da hier die Fensterbank anschließt.

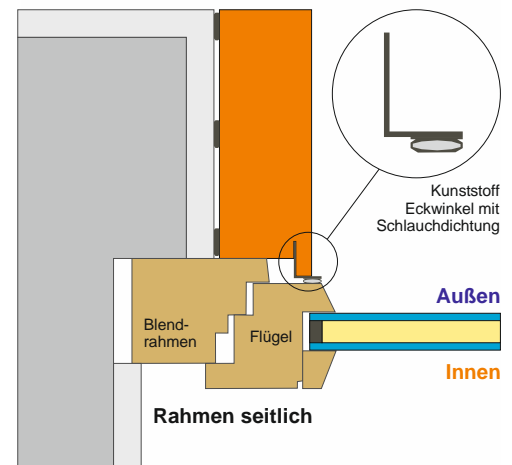


Abbildung 3: Profilierte Laibungsdämmung auf dem seitlichen Rahmen. Die Dämmung wird in die Laibung eingeklebt. Der Anschluss an den Flügelrahmen erfolgt über die Schlauchdichtung, die auf den Kunststoff-Eckwinkel aufgeklebt ist. Der Kunststoff-Eckwinkel steht etwa 4-8 mm über die Dämmung. Hier kann später verputzt werden.



3. Wenn du mit dem Profilieren fertig bist, schneidest du die Laibungsdämmplatten in der richtigen Länge zu. Profilreste kannst du mit dem Montagekleber zu längeren Stücken zusammenkleben. Das spart Material und Kosten.
4. Wenn du alle Profile zugeschnitten hast, machst du eine „Trockenübung“ und schaust, ob alles in die Fensterlaibungen passt. Dabei ist es gut, wenn die Platten etwas klemmen, dann fallen sie später, bis der Kleber hart ist, nicht aus der Laibung.
Du arbeitest dabei am offenen Fenster. Arbeite dort nicht alleine und achte darauf, dass du entsprechende Sicherheitsvorkehrungen triffst, um einen Sturz aus dem Fenster zu verhindern!
5. Arbeite gegebenenfalls nach! Kleinere Lücken kannst du später mit Montagekleber schließen.
6. Schneide die Kunststoff-Eckwinkel auf die passende Länge und drücke sie während der Trockenübung noch ohne Kleber an die dafür vorgesehenen Stellen. Arbeite auch hier, falls erforderlich, nach.
7. Nun raust du die spätere Außenoberfläche der Schalen mit dem Schleifer und Schleifpapier mit z.B. 120ger Körnung an. Entferne den Schleifstaub sorgfältig erst mit dem Besen oder Staubsauger, dann mit einem feuchten Lappen.
8. Fülle nun die Nut, in welche die Kunststoff-Eckwinkel kommen mit Montagekleber und drücke auch Montagekleberraupen auf die Stellen, an denen der Eckwinkel aufgeklebt wird.
9. Dann drückst du den Eckwinkel in den frischen Kleber und klebst die Schlauchdichtungen auf.
10. Streiche die Laibungsdämmplatten dann an allen später sichtbaren Seiten mit Fassadenfarbe (bei uns wurde direkt nach dem Anbringen der Laibungsdämmung die Fassade gedämmt. Darum haben wir nur die von innen sichtbare Seite gestrichen).
11. Nach dem Trocknen streichst du die Profile noch ein zweites Mal.

Anbringen der Profile

Achte darauf, dass du entsprechende Sicherheitsvorkehrungen triffst, um einen Sturz aus dem Fenster zu verhindern!

Arbeite nicht alleine!

Teste noch einmal, ob die Profile an die dafür vorgesehenen Stellen passen und arbeite gegebenenfalls mit dem Cutter-Messer nach.

1. Säubere den Fensterrahmen gründlich.
2. Bringe, wenn alles passt, den Montagekleber mit der Kartuschenpresse oder Schlauchbeutelpistole in Kleberraupe Laibungsdämmplatten auf.
3. Dann drückst du die Dämmplatten fest an die Laibung.

Und dann: Fertig! Du hast es geschafft. Ab nun sparst du Energie, Kosten, verlängerst im besten Fall die Lebensdauer deiner Fenster und schaffst hygienisch bessere Verhältnisse in der Fensterlaibung! Wenn du das Profilieren und Ankleben gut durchorganisiert hast und mehrere Fenster gleicher Bauart auf einmal dämmt, benötigst du für ein mittelgroßes Fenster einen viertel bis halben Arbeitstag.



Abbildung 5: Laibungsdämmung eingeklebt



Abbildung 6: Blick von Innen durch das offene Fenster auf die Laibungsdämmung und die neue Dichtung.



Abbildung 7: Blick von Innen durch das geschlossene Fenster auf die Laibungsdämmung.



Aber was bringt das?

Du verbesserst die Luftdichtheit deiner Fenster und die Oberflächen werden wärmer.

Ohne die Verbesserung der Luftdichtheit zu berücksichtigen, sparen wir in unserem Beispiel jährlich knapp einen Euro pro Meter Fensterrahmen.

Unsere Kosten lagen bei etwas unter 6,50 € pro Meter Laibung.

Nach wenigen Jahren hast du diese Kosten durch den geringeren Wärmeverlust schon wieder eingespart.

Was ist mit dem unteren Fensterrahmen und mit Pfosten und Riegeln?

Manche Fenster bestehen aus mehreren Teilen. Diese Teile werden durch senkrechte Pfosten oder waagerechte Riegel getrennt. Und jedes Fenster hat einen unteren Fensterrahmen, der bisher noch nicht gedämmt wurde. Wenn du auch diese Teile des Fensters verbessern und schützen möchtest, schau dir gerne die Anleitung „[Fensterrahmen Außen dämmen](#)“ an.

Du kannst diese Maßnahme außerdem mit „[Fensterlaibung von innen dämmen](#)“ und „[Fenster verbessern mit Isolierfolie](#)“ kombinieren.

Wie kann es weitergehen?

Wenn deine Fassade später gedämmt wird, kann diese neue Dämmung an die Laibungsdämmung angeschlossen werden.

Dann ist es gut, die Montage eines neuen Fensters gleich mit zu denken. Denn das neue Fenster sollte später weiter außen in der Dämmebene platziert werden. Dazu werden Montagerahmen installiert, an die das neue Fenster angeschlossen wird, siehe Abbildung 8, Mitte.

In der Anleitung „[Außenwände fit machen mit dem Wärmedämmverbundsystem](#)“ erklären wir dies genauer.

Als Mieter musst du deinen Vermieter fragen, bevor du startest. Vielleicht gibt er dir einen Zuschuss, denn sein Gebäude erfährt durch deine Arbeit eine Wertsteigerung – Wir wünschen dir alles Gute mit deinem Projekt.

Fotos und Abbildungen soweit nicht anders angegeben: ©Passivhaus Institut.

Hinweis: Die Inhalte dieser Anleitung wurden sorgfältig recherchiert und getestet. Das Passivhaus Institut und seine Partner und Mittelgeber haften jedoch nicht für möglicherweise entstehende Schäden.

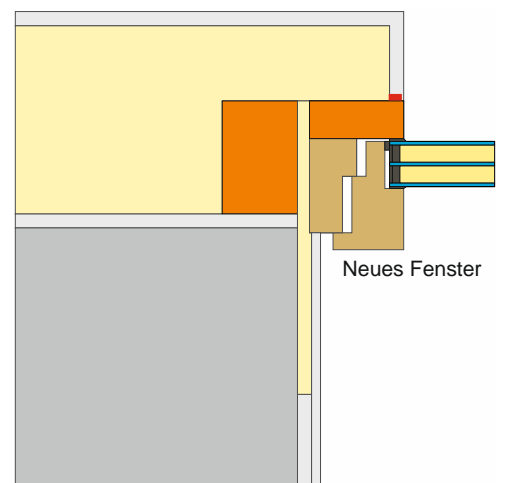
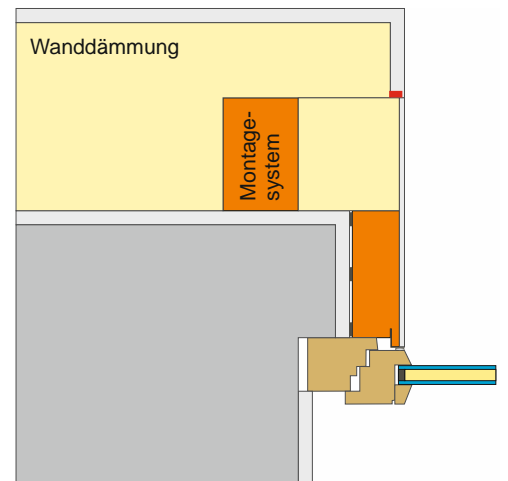
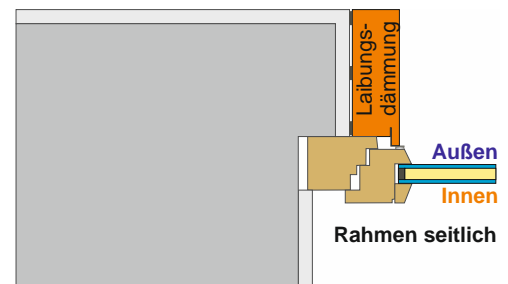


Abbildung 8: Wie kann es weitergehen?

Mit der Wanddämmung wird ein Montagerahmen an der Wand montiert und die Laibung verputzt (Bild in der Mitte). Der Montagerahmen sollte in der Flucht zur inneren Fensterlaibung positioniert werden, damit das neue Fenster gleich groß sein kann wie das alte.

Später werden das alte Fenster und die Laibungsdämmung ausgebaut sowie der gemauerte Fensteranschlag des alten Fensters (Bild oben und Mitte) entfernt. Dann kann das neue Fenster in der wärmedämmenden Schicht am Montagerahmen befestigt werden (Bild unten).

