

Dachdämmung im Bestand: Welche Dämmposition passt zu welchem Dach? · Ausführliche praktische Anleitung

Im Überblick: Wer ein Bestandsdach dämmen lässt, steht vor einer grundlegenden Weichenstellung: Soll die Dämmung zwischen, unter oder auf den Sparren liegen? Die Antwort hängt nicht allein von der gewünschten Dämmstärke ab, sondern auch vom Zustand der Deckung, der vorhandenen Sparrenhöhe, dem Nutzungsziel und den bauphysikalischen Anforderungen. Dieser Leitfaden ordnet die drei Dämmpositionen ein und zeigt, welche Fragen vor der Planung geklärt werden sollten. [Dachdämmung im Bestand einordnen](<https://holzdach.bitbucket.io/1a-holzbauhamburg/dachdaemmung-bestand-daemmposition-zwischen-unter-aufsparren/>)

Zwischensparrendämmung: wenig Eingriff, aber begrenzte Sparrenhöhe

Bei der Zwischensparrendämmung wird der Hohlraum zwischen den Sparren genutzt. Das ist häufig der naheliegende Weg, wenn die Deckung intakt und das Dach von innen zugänglich ist. Der Eingriff beschränkt sich grundsätzlich auf die Raumseite; die Deckung muss dafür nicht geöffnet werden. Allerdings begrenzt die vorhandene Sparrenhöhe die erreichbare Dämmstärke. Eine zusätzliche Untersparrendämmung kann die Wirkung ergänzen, ersetzt aber keine durchgehende luftdichte Hülle. Räumlich entsteht bei einer reinen Zwischensparrendämmung kein zusätzlicher Höhenverlust. Die Bekleidung wird meist erneuert, damit Leitungen, Anschlüsse an Wände und Fenster sowie die luftdichte Ebene zusammengeführt werden können. Auch alte oder beschädigte Dampfbremsen müssen dabei berücksichtigt werden.

Untersparrendämmung: Ergänzung mit sichtbaren Folgen im Raum

Die Untersparrendämmung liegt unterhalb der Sparren. Sie kann eine Zwischensparrendämmung ergänzen oder allein eingesetzt werden, wenn die Sparrenhöhe für eine wirksame Dämmung nicht ausreicht. Dafür ist eine zusätzliche Unterkonstruktion mit neuer Beplankung erforderlich. Jeder Zentimeter Dämmstärke verringert die lichte Raumhöhe; bei niedrigen Dachräumen ist dieser Verlust deutlich spürbar. Auch Elektroinstallationen und Leuchten müssen in die neue Ebene integriert werden. Zu den zentralen Aufgaben gehören brandschutz- und luftdichtheitsgerechte Anschlüsse sowie die luftdichte Anbindung von Wand, Fensterlaibung und Innenecken. Besonders Durchdringungen erfordern Aufmerksamkeit: Unterbrechungen können die Funktion der Konstruktion beeinträchtigen und sollten deshalb von Anfang an mitgedacht werden.

Aufsparrendämmung: durchgehende Ebene bei umfassendem Eingriff

Bei der Aufsparrendämmung liegt der Dämmstoff oberhalb der Sparren und unterhalb der Deckung. Dadurch entsteht eine durchgehende Dämmebene ohne Wärmebrücken im Bereich der Sparren. Der Preis dafür ist ein erheblicher Eingriff von außen: Die Deckung wird vollständig abgenommen, Schalung, Konterlattung und Lattung werden neu aufgebaut. Während der Arbeiten muss das Dach zuverlässig trocken gehalten werden. Neu herzustellen sind außerdem die Anschlüsse an Traufe, Ortgang, Dachflächenfenster, Gauben und Schornsteinen. Die größere Aufbauhöhe verändert zudem die Übergänge zu Regenrinne, Fassade und angrenzenden Bauteilen. Sinnvoll kann dieses Verfahren deshalb vor allem sein, wenn die Deckung ohnehin erneuert oder eine größere Dachsanierung geplant wird.

Die passende Position folgt dem Dachzustand und dem Nutzungsziel

Aus dem gewünschten Nutzungsziel ergibt sich eine wichtige Unterscheidung: Soll ein bislang ungenutzter Dachraum beheizt werden, muss die thermische Hülle geschlossen werden. Liegt der Dachraum über unbeheizten Spitzböden, kann stattdessen eine gezielte Dämmung der obersten Geschosdecke genügen. Bei bereits gedämmten Dächern ist nicht automatisch mehr Dämmstoff die wirksamste Verbesserung; häufig sind die Luftdichtheit und die Anschlussdetails vorrangig. [Welche Dämmposition zum Dach passt](<https://holzdach.bitbucket.io/1a-holzbauhamburg/dachdaemmung-bestand-daemmposition-zwischen-unter-aufsparren/>) Auch die Sparrenhöhe, die verfügbare Raumhöhe und geplante Folgearbeiten beeinflussen die Entscheidung.

Vor der Anfrage die entscheidenden Angaben sammeln

Eine belastbare erste Einschätzung wird möglich, wenn mehrere Informationen zusammengeführt werden: Standort und ungefähre Dachmaße, Zustand von Deckung und Sparren, vorhandene Dämmung, geplante Nutzung sowie Angaben zu Fenstern, Gauben und anderen Anschlüssen. Wichtig ist außerdem die Frage, ob Arbeiten von innen möglich sind und welche Räume während der Bauphase weiter genutzt werden. Sind ohnehin mehrere Bauteile sanierungsbedürftig, sollten sie frühzeitig aufeinander abgestimmt werden. So lässt sich vermeiden, dass neue Anschlüsse später wieder geöffnet werden. Die fachliche Einordnung des gesamten Aufbaus sollte vor dem Vergleich von Angeboten erfolgen; bei bauphysikalischen Fragen ist eine entsprechende Planung erforderlich.

Weitere Dokumente zum Thema

[Dachdämmung im Bestand: Welche Dämmposition passt zu welchem Dach?](#)

[Zugehöriges Dokument](#)