

## Belysning - lågenergilampor och kompaktlysrör



Lågenergilampor och kompaktlysrör drar mindre energi samtidigt som de har längre livslängd än vanliga glödlampor. Bild: Per Westergård

**Belysningen i en genomsnittlig villa drar ungefär 1 240 kWh per år. Det är 20 procent av det totala behovet av hushållsel för en familj i det svenska genomsnittshuset.**

Glödlampor är inte energieffektiva – av den energi som används blir knappt 10 procent synligt ljus medan resten blir värme. Det finns ny teknik på marknaden som ger ett bra ljus men som inte drar så mycket el.

### Glödlamporna fajas ut från marknaden

Mot bakgrund av detta kommer alla EU-länder att fasa ut glödlampor i flera steg.

I Sverige beräknas förbudet mot glödlampor att spara tio procent av den el som används i hushållen. Det är en minskning med två terawattimmar per år, vilket motsvarar användningen i cirka 80 000 elvärmda villor under ett år. I hela EU beräknas förbudet spara cirka 40 terawattimmar.

Från och med hösten 2009 börjar glödlampor fasa ut. Det innebär att det är förbjudet att importera matta glödlampor och klara 100 watts glödlampor. De lampor som finns i butik får fortfarande säljas och användas i hemmen tills de tar slut.

### Så här sker utfasningen:

- **September 2009:** Förbud mot alla matta glödlampor + klara 100 watts glödlampor
- **September 2010:** Förbud mot klara 75 watts glödlampor
- **September 2011:** Förbud mot klara 60 watts glödlampor
- **September 2012:** Förbud mot klara 40 och klara 15 och 25 watts glödlampor
- **September 2013:** Skärpta krav på lågenergilampor och LED-lampor
- **September 2016:** Skärpta krav på halogenlampor

### Vad kan jag ersätta min glödlampa med?

I dag finns många alternativ till glödlampor och ny teknik utvecklas snabbt. Lamporna finns redan idag i flera varianter och passar de flesta armaturer, samtidigt som utbudet ökar.

[Läs om alternativen till glödlampor.](#)

### T5-lysrör

Lysrörsarmatur med T5-lysrör har lång livslängd och ett högt ljusutbyte. Sett till ljusutbytet är T5-lysrören mycket energieffektiva och ur kostnadssynpunkt ett bra val. T5-lysrör är något kortare och smalare än äldre typer av lysrör och kräver en speciell armatur. T5-lysrör går att dimra, något som inte är möjligt med äldre lysrör.

Lysrör finns med olika färgåtergivning. För att få en varmare glödlampsliknande

### Visste du att...

...de svenska hushållen har cirka 60 procent glödlampor och 20 procent halogenlampor? Endast 20 procent är lysrör och lågenergilampor.

...du sparar runt 500 kWh per år om du byter ut de tio mest använda glödlamporna mot lågenergilampor?

...att lågenergilampor innehåller kvicksilver? De ska lämnas till kommunens insamling för el-avfall när de slutar fungera. Detta gäller även glödlampor och all annan belysning.

### Läs även:

[Ekodesign](#)

**Andra**

### webbplatser:

[Belysningsbranschen](#)

[Ljuskultur](#)

### Våra publikationer:

[Den intelligenta ljuskontakten - faktablad](#)

[Glödlampor fajas ut](#)

[God belysning](#)

[Har du stängt av på riktigt?](#)

[Så får du ett energismart hus](#)

[Modern belysningsteknik - sparar energi och pengar](#)

Ljuskod ska koden vara 827. Vill du ha ett vitare ljus som passar till exempel över diskbänken ska du välja ett lysrör med kod 830.

## LED

I framtiden kommer LED-belysning (ljusemitterande dioder) att bli mer och mer intressant. En fördel med LED är den minskade värmeutvecklingen, men också den långa livslängden. Ett problem idag är att kunna skapa LED-belysning med bra färgåtergivning, men det finns tekniker som kan lösa det.

### Räkna ut hur mycket du sparar!

Du kan lätt själv räkna ut hur mycket du sparar på att byta en glödlampa mot en lågenergilampa.

#### Du gör så här:

- Uppskatta hur lång tid en viss lampa är tänd under ett år och multiplicera det med glödlampans effekt (watt). När du multiplicerar tid med effekt får du energi.
- Multiplicera sedan samma tid med effekten på lågenergilampen.
- Jämför hur mycket energi glödlampen respektive lågenergilampen kräver per år och du ser hur mycket du sparar på att byta ut just den lampan.

#### Värmealstring

En lampa alstrar förutom ljus även värme. En glödlampa ger mer värme än en lågenergilampa. Varför är då inte lampans värmeutveckling med i räkneexemplet här ovan? Dels beror det på att man inte alltid vill ha värme när man vill ha ljus, till exempel på sommaren, dels beror det på lampornas placering. Utomhus behövs ingen extra värme runt lampan och inomhus sitter många lampor uppe i taket. Det är svårt att dra nytta av värme som alstras i taket eftersom varm luft stiger.

### Lågenergilampor och kvicksilver

Alla lågenergilampor innehåller en liten mängd kvicksilver. Förbudet mot kvicksilver som regeringen införde från den 1 juni 2009 gäller dock inte lågenergilampor eftersom dessa är undantagna genom andra regler i EU.

Givetvis vore det önskvärt om vi slapp kvicksilvret helt även i våra lampor men användandet av lågenergilampor minskar i alla fall den mängd kvicksilver som skulle alstras vid elttillverkningen om vi fortsatte använda de gamla glödlamporna.

[Läs mer om kvicksilver och lågenergilampor.](#)

### Energispartips

[Läs mer om hur du sänker din energianvändning för belysning här.](#)

Kontakt: Din kommunala energi- och klimatrådgivare hittar du i vänstermenyn.

Publicerad: 2007-11-23

Senast ändrad: 2009-07-30