

Der *Wellness-Infobrief* von Vanessa Halen

Tipps & Tricks

Wäsche waschen: aber richtig sauber!

So wird Wäsche wirklich porentief rein



Der Markt bietet eine riesige Auswahl an Waschmitteln: Pulver für Buntes oder für die Vollwäsche, Flüssige für Buntes, Schwarzes, Weißes, Wollwaschmittel, Gardinenwaschmittel, Weich- und Hygienespüler und viele Waschmittel mehr. Doch mit welchen Mitteln wäscht und pflegt man seine Wäsche nun richtig? Welche Waschmittel braucht man eigentlich?

Buntes, Weißes und Feines

Für bunte Textilien braucht man einfach nur ein Colorwaschmittel. Ob nun die Wahl auf ein Pulver oder Flüssigwaschmittel fällt, das ist Geschmackssache. Für schwarze und dunkle Textilien ist ein Flüssigwaschmittel die bessere Wahl, weil dadurch keine weißen Pulverrückstände auf den Textilien zurückbleiben können, was leider bei Pulvern schon mal passieren kann. Weiße Textilien, Hand- und Küchentücher bleiben mit einem klassischen Vollwaschmittel nicht nur schön weiß, auch Keime werden durch das enthaltene Bleichmittel abgetötet. Zu diesem Zweck ist ein Vollwaschmittel-Pulver die bessere Wahl, weil flüssige Vollwaschmittel nicht so intensiv wirken. Für feine Textilien, Wolle und Seide sollte man noch ein spezielles Wollwaschmittel parat haben, weil dieses keine Enzyme enthält, die die Fasern solcher Textilien angreifen können. Bei der Dosierung gilt: Halten Sie sich grundsätzlich an die Empfehlungen des jeweiligen Waschmittels.

Die richtigen Temperaturen

Grundsätzlich gilt: Wäsche sollte man immer bei möglichst niedrigen Temperaturen waschen. Die heutigen Waschmittel sind so konzipiert, dass sie bereits ab 20 Grad ordentlich sauber waschen. Nur stark verschmutzte Wäsche, Küchentücher und keimbelastete Wäsche – bei

Infektionen oder entsprechenden Verunreinigungen – sollte man bei 60 Grad mit einem Vollwaschmittel waschen. Ein spezieller Hygienereiniger oder -spüler ist dann nicht notwendig, weil bei 60 Grad mit der Bleiche aus dem Vollwaschmittel alle Keime beseitigt werden. Wer duftig-weiche Wäsche wünscht, der kann gerne einen Weichspüler verwenden. Für Menschen mit Neurodermitis kann dies sogar von Vorteil sein, weil die Wäsche dadurch weniger die gereizte Haut kratzt. Allergiker sollten jedoch besser auf Weichspüler verzichten oder zumindest eine Sensitiv-Variante für empfindliche Haut verwenden.

Pflege für die Waschmaschine

Auch die Waschmaschine will gepflegt werden. Wenn Sie Waschmittel nach Vorgabe dosieren, ist ein Extra-Entkalker eigentlich überflüssig, da Waschmittel bereits Entkalker enthalten. Allerdings bleibt nach jeder Wäsche etwas Wasser in der Maschine zurück, wodurch sich mit der Zeit aus Waschmittelresten ein übelriechender Biofilm entwickeln kann. Das kann dazu führen, dass die Wäsche nach dem Waschen muffelt. Um dies zu verhindern, sollten Sie mindestens alle 4 Wochen einmal ein 60-Grad-Programm mit Vollwaschpulver laufen lassen. Reinigen Sie auch regelmäßig das Waschmittelfach und lassen Sie nach jeder Wäsche dieses Fach und die Waschmaschinentür offen stehen, damit alles gut durchlüftet wird.

Weitere Informationen, tolle Rezepte, kostenlose Leseprobe und eBooks, außergewöhnliche Tipps und Tricks rund um die Themen Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden stellt die Autorin Vanessa Halen auf ihrer Homepage zur Verfügung:

www.wellness-infoseite.de