

Tipps für den Frühjahrsputz

Nach dem langen Winter steht der Frühjahrsputz an. Damit der große Hausputz nicht mit Kopfschmerzen, Schwindel, Unwohlsein und Erschöpfung endet, haben wir wertvolle Informationen für Sie zusammengetragen.

Der allerwichtigste Tipp für Gesundheit und Umwelt besteht darin, möglichst keine Chemikalien zu verwenden und stattdessen zu Reinigungsmitteln mit natürlichen Inhaltsstoffen, ohne ätherische Öle und Duftstoffe, zu greifen. Auch bei der Handhabung von Reinigungsmitteln kann man gesundheitliche Folgen vermeiden und zusätzlich die Umwelt schonen.

Reinigungsmittel sind oft „Chemiebomben“

Dass konventionelle Putzmittel nicht ohne sind, kann sich jeder denken, der damit bereits Umgang hatte. Chlor, Ammoniak und künstliche Duftstoffe stechen dem Anwender regelrecht in die Nase. Unter widrigen Bedingungen kann mancher Raum noch Stunden und Tage danach riechen, was bedeutet, dass er mit Chemikalien kontaminiert ist. Dies wiederum kann Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden nehmen.

Fast alle handelsüblichen Reiniger enthalten Glykol Ether, eine farblose entflammbare Lösemittelklasse, die unter verschiedenen Namen im Einsatz ist. Glykol Ether werden besonders wegen ihrem fettlösenden Potential und starken Reinigungsfähigkeit bevorzugt. Der Geruch ist angenehm bis geruchlos oder scharf, ganz abhängig welche Art Glykol Ether eingesetzt wurde. Am gefährlichsten sind Ethylen Glykol Ether. Das Lösemittel wird hauptsächlich über die Haut und die Atmung aufgenommen. Die Reaktionen darauf reichen u. a. von Augen bis Schleimhautreizung, Schwindel, Erschöpfung, unnatürliche Müdigkeit, Übelkeit, Vergiftungserscheinungen ähnlich wie bei Alkohol, Schädigung der Blutkörperchen und des Knochenmarks. Wenn Augen- und Nasenirritation beim Kontakt mit Glykol Ether auftreten, ist die Exposition bereits hoch genug, um eine Anämie auszulösen und das Fortpflanzungssystem zu schädigen. Man sollte sich jedoch nicht darauf verlassen, dass Symptome generell sozusagen als Warneffekt auftreten, bevor man überexponiert ist. Erschwerend kommt hinzu, dass Glykol Ether meist nicht stark riechen. Auch können manche Menschen deren Geruch ohnehin überhaupt nicht wahrnehmen. Zusätzlich ist der Geruchssinn oft betäubt oder abgestumpft, sobald man den Geruch einige Zeit lang eingeatmet hat.

Gefahren durch Anwendung und Bedingungen

Wenn mehrere Reinigungsmittel zusammengeschüttet werden, oder verschiedene Produkte im gleichen Raum zur Anwendung kommen, kann ein gefährliches Chemikaliengemisch entstehen. Wer gleichzeitig Raumsprays oder Putzmittel zum Sprühen verwendet, sorgt für weitere Verstärkung der Schadstoffbelastung seiner Innenraumluft. Ebenso münden Überdosierungen von Putzmitteln in erhöhtes Risiko für den Anwender und alle Personen, die im Nachhinein eine Räumlichkeit benutzen.

Die Bedingungen im Alltag, unter denen Reinigungsmittel zum Einsatz kommen, spielen eine große, oft stark unterschätzte Rolle bei der Giftigkeit, der auf die Hausfrau einwirkenden Chemikalien. Der Grund hierfür ist, dass manche Reinigungsmittel solche Mengen an bedenklichen und giftigen Substanzen freisetzen, dass sogar die gesetzlichen Grenzwerte für Innenraumluftqualität überschritten werden, wenn man sie auf größeren Flächen in kleinen Räumen

anwendet. Man denke nur an ein kleines Bad ohne Fenster zum Lüften. Schwindel, Kopfschmerzen, Atembeschwerden, Augen- und Schleimhautreizungen gehören zu der Palette von ersten Anzeichen, die darauf hindeuten, dass der Körper auf die eingesetzten Chemikalien empfindlich reagiert oder u. U. sogar schon eine Vergiftung vorliegt.

Sicherheit beim Hausputz leicht gemacht

Mit entsprechenden Vorsichtsmaßnahmen und der richtigen Auswahl von unschädlichen Reinigungsmitteln muss der Hausputz nicht gefährlich sein.

Tipps für den Frühjahrsputz

- Einfache chemiefreie Reiniger ohne Duftstoffe, ätherische Öle oder Citrusterpene einsetzen
- Nie verschiedene Reiniger zusammenschütten
- So gering wie nur möglich dosieren
- Handschuhe tragen
- Während und nach dem Reinigen lüften
- Putzlappen, Reinigungsschwämme, durchnässte Papiertücher, etc. sofort auswaschen, an der frischen Luft trocknen lassen, oder wegwerfen. Nie im Raum liegenlassen
- Möglichst keine Sprays verwenden, da der Sprühnebel Allergien und Asthma auslösen kann
- Keine Ozonisierungsgeräte oder Luftfilter mit Ozon, während oder nach dem Reinigen, einsetzen
- Nicht bei hohen Ozonwerten mit terpenhaltigen Reinigern putzen
- Geputzte Räume verlassen und intensiv lüften
- Kinder und Allergiker aus Putzsituationen und frisch geputzten Räumen fernhalten

Menschen mit Asthma, schweren Allergien oder Chemikaliensensibilität können statt Putzmittel, die bei ihnen Symptome oder Anfälle auslösen, Mikrofaser Reinigungssysteme verwenden.

Bei jedem Einsatz von Reinigungsmitteln, ganz gleich ob chemisch oder natürlich, sollte die Dosis so gering wie nur möglich gehalten werden, denn sie sind im hohen Maße für die Verschmutzung unserer Umwelt und vor allem unserer Gewässer verantwortlich.

Autor:

PureNature Redaktion, April 2008