

Prirodna sredstva za savršeno čisti dom

I sami znate - koliko god čistili svoj dom, uvijek ima mjesta na kojima se nakupljaju bakterije. Izloženi smo im svakoga dana, uvijek iznova, a svakako je dobro znati kako im stati na kraj. No agresivne kemikalije ponekad neće savršeno očistiti kuću, a mogu vam narušiti zdravlje. Probajte prirodno

Ima ih kamo god se okrenemo - bakterije vrebaju na bankomatima, telefonskim govornicama, WC-ima, laptopima, mišu, tipkovnici, u javnom prijevozu... Pripazite i na kante za smeće, platnene kuhinjske krpe, mobitele, plišane igračke, ručnike, kućne ljubimce...

Kakav tuš koristite?

Nedavno istraživanje Sveučilišta Colorado, pokazalo je da tuševi u kupaonici mogu djelovati kao pravi inkubatori za biofilm - tanki sloj mikroba na površini raznih predmeta. To su mikrobiološke zajednice koje nalazimo u vodenoj okolini i na površini zemlje. Kada voda prolazi kroz tuš, ona pokupi bakterije, i to čak 100 puta više bakterija nego u vodi koju nije dotaknuo biofilm. Tako dolazi do zraka i vašeg tijela te ga izravno šalje u vaša pluća.

Dobra vijest je da za ljude s normalnim imunološkim sustavom, biofilm predstavlja vrlo mali rizik za zdravlje. Međutim, teško je da se na vašem tušu ne nalaze mikroskopske bakterije, one oku nevidljive. Kako biste smanjili nečistoće u svojoj kupaonici, pokušajte se prebaciti s plastičnih na metalne tuševe. Plastika može poslužiti kao leglo bakterija - izbjegnite ih.

Također, isto istraživanje pokazalo je kako je apsolutno najprljavije mjesto u vašoj kući - kuhinjski sudoper. Da, ovdje ima više bakterija nego u WC školjci ili kanti za smeće. Za razliku od tuša, prljavi sudoper može biti izvor ozbiljnih bolesti. Pokušajte što češće mijenjati spužvice za pranje suđa, a krpe operite u vrućoj vodi da ubijete što više bakterija. To je i dobra prilika da odmah preispitate svoj izbor proizvoda za čišćenje.

Kemikalije zamijenite prirodnim sredstvima za čišćenje

Stručnjaci ističu kako je idealno čistiti prirodnim sredstvima, bez jakih kemikalija, jer ćemo tako zaštititi svoje zdravlje. Jedna od opcija za čišćenje i kupaonice i kuhinje - koristite sredstva za čišćenje napravljena od vinskog octa/limunske kiseline, sode bikarbone i vode ili se odlučite za ekološki prihvatljive proizvoda.

Osvježenje aromaterapijom

Dok čistite i pospremate, za osvježenje i dezinfekciju prostora, možete upaliti aromalampicu s nekim eteričnim uljem. Za čišćenje i osvježenje ormara i dnevnih prostorija, u raspršivač stavite 20 ml jabučnog octa i u to dodajte 20 kapi eteričnog ulja eukaliptusa, 10 kapi kadulje, 20 kapi limuna. U to dodajte 80 ml destilirane vode i protresite. Pošpricajte na vlažnu krpu i prebrišite površine.

Namještaj, od punog drva, možete osvježiti s 2 žlice maslinovog ili lanenog ulja u koje dodate 3 kapi eteričnog ulja limuna ili mandarine. Dobro ispolirajte.

Ukoliko imate kućnog ljubimca...

U posudu s špricalicom dodajte: 40ml vode, 10ml jabučnog octa, 10 kapi lavande, 10 kapi čajevca, te 10 kapi limunske trave - dobro protresite i mješavinu nanesite na prostor gdje životinja učestalo boravi, bilo da je to boks ili prostor za spavanje. Na taj način dezinficirati ćete prostor, ali i osvježiti od raznih mirisa.