

2019 gaben  
die Deutschen  
**2,3 MRD.**  
Euro für Putz-  
mittel aus.



Ob Orangenschalen zum Glasreinigen, geriebene Kernseife als Waschmittel oder Natron für saubere Schuhe: Mit natürlichen Hausmitteln lässt sich Schmutz oft genauso gut entfernen wie mit herkömmlichen Reinigern. Sie sind nicht nur günstiger, sondern auch umwelt- und gesundheitsschonend.



Fotos: Evi Ludwig

## PUTZEN MIT CHEMIE: FAST SO WIE RAUCHEN

Jeder deutsche Haushalt besitzt rund 15 verschiedene Putzmittel. Dabei kann die regelmäßige Verwendung von zu vielen chemischen Reinigern gesundheitsschädigend sein. Eine Langzeitstudie der Universität Bergen ergab, dass Menschen, die regelmäßig zu aggressiven Reinigern greifen, eine deutlich schwächere Lunge haben als Leute, die nur selten putzen. Besonders erschreckend: Bei Putzkräften war der Lungenschaden genauso groß wie bei einem Raucher, der seit 20 Jahren täglich eine Schachtel Zigaretten konsumiert. Also besser umwelt- und gesundheitsschonende Putzmittel nutzen.

zählige Tipps und Tricks aus. Mein Interesse gilt aber einem Youtube-Video, in dem ein Mann seinen Abfluss mithilfe einer PET-Flasche frei bekommt. Das sieht so simpel aus, dass ich es gleich mal ausprobieren. Gut, dass wir noch eine leere Cola-Flasche haben, denn Plastikflaschen schaffen es nur noch selten in unseren Haushalt. Die Flasche fülle ich, wie geheißen, mit warmem Leitungswasser. Mit einer Hand halte ich das Überlaufloch zu, mit der anderen stülpe ich die volle Flasche auf den Abfluss. Jetzt ein paar Mal zudrücken – und tatsächlich, als ich die Flasche anhebe, fließt das Wasser tadellos ab. Das ist natürlich keine Magie, wie der Youtuber in dem Video erklärt, sondern Physik: Durch den erzeugten Unterdruck wird der Abfluss kräftig durchspült und das Rohr von Haaren und Ablagerungen befreit. Als ich zum dritten Mal an meinen dreckigen Sportschuhen im Flur vorbeischiele, nehme ich auch diese Baustelle in Angriff. Ich erinnere mich, dass wir als Kinder unsere Schuhe für den Nikolaus mit Zahnpasta geputzt haben. Mit etwas Wasser verdünne ich die weiße Paste und reibe sie mit einer Zahnbürste auf meine schmutzigen Treter. Zunächst entsteht nur

dreckige Schmiere. Erst nach mehrmaligem Abspülen und Einschäumen bin ich zufrieden: Die Schuhe sehen zwar nicht „wie neu“ aus, sind aber erstaunlich sauber. Ein Blick auf die Inhaltsstoffe der Zahnpasta verrät mir: Natriumhydrogencarbonat. Natron scheint wirklich eine Allzweckwaffe zu sein, und obwohl dieses Geheimnis schon meiner Oma bekannt war, haben sich die vielen bunten Fleckenteufel durchgesetzt. Für mich steht fest: Es geht auch ohne Chemie. Einige Hausmittel haben mich schon überzeugt. Und ich möchte weitere austesten.

### Nachhaltig waschen

Aus dem Keller höre ich, wie die Waschmaschine zu schleudern beginnt. Gibt es eigentlich auch umweltfreundliche Alternativen für Waschpulver? Ich schlage in meinem Buch nach: Alles, was ich für saubere Wäsche brauche, sind Soda und Kernseife. Beides bekomme ich sicher im Unverpackt-Laden um die Ecke. Auf jeden Fall aber möchte ich dort eine große Packung Natronpulver kaufen. Zwar tun es auch Omas Hausmittel, aber meine Frau würde sich wohl wundern, wenn ständig das Backpulver aus ist.