

Tipps

Richtig Putzen – dank dieser vier Faktoren

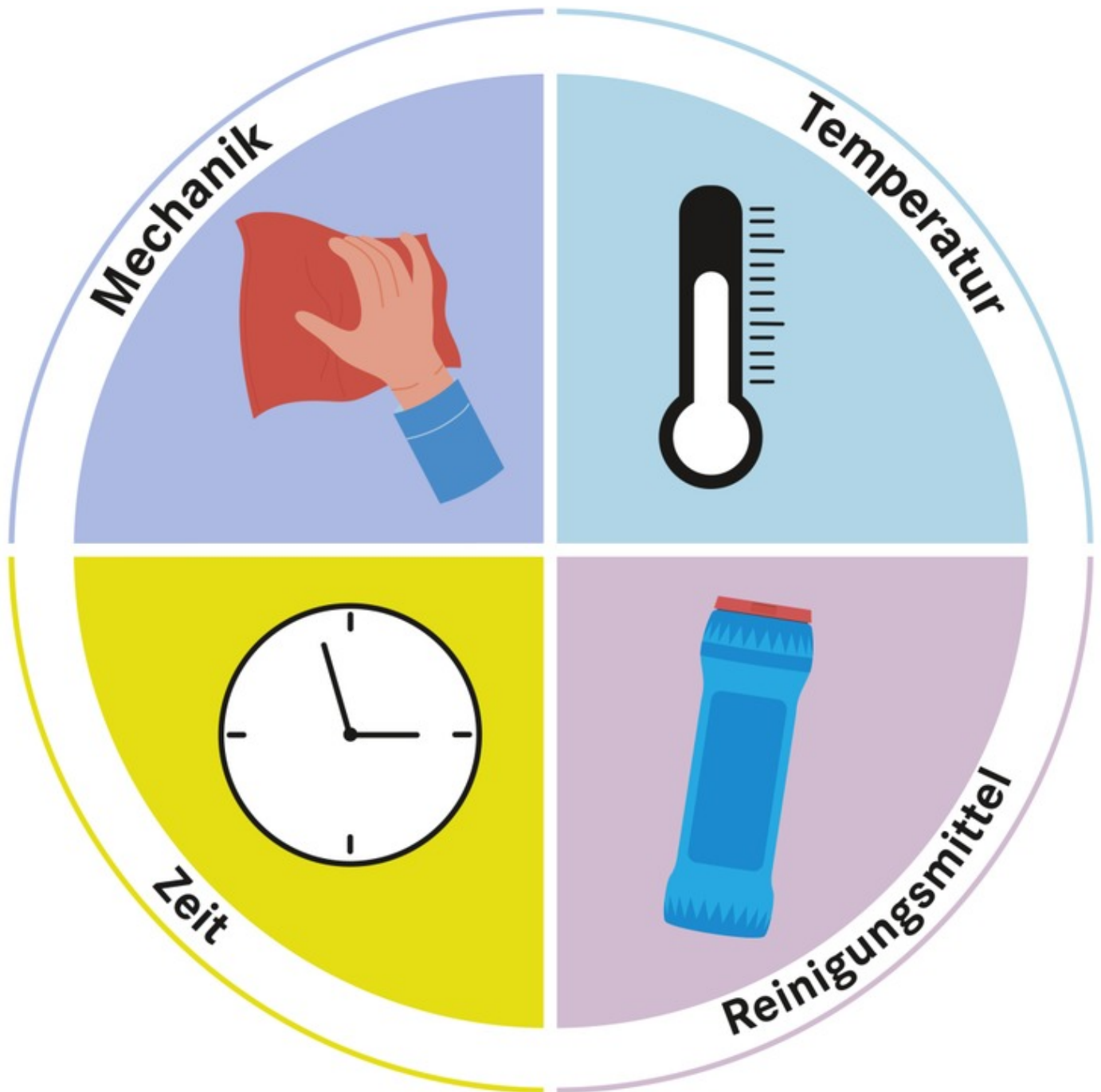


Von Claudia Fäßler & Sonja Zellmann

Sa, 25. März 2023 um 18:15 Uhr

Haus & Garten

BZ-Plus | Wer Chemie, Zeit, Temperatur und Mechanik schlau kombiniert, wird im Handumdrehen zum Sauberkeitsexperten. Eine Einführung in die Putzkunde – und ein paar Tipps.



Das Geheimnis hinter aller Sauberkeit: der Sinnersche Kreis Foto: Flash concept (stock.adobe.com)

Allzweckreiniger, Glasreiniger und Scheuermilch. Edelstahlreiniger, Spülmittel und Kalkentferner. WC-Reiniger, Backofenspray und Fettlöser. Nicht zu vergessen die speziellen Mittelchen, mit denen Böden, Polster und Möbel blitzblank werden – die moderne Haushaltsreinigerabteilung ist für Putzfetischisten ein Paradies. Nur: Was wird womit wirklich sauber? Und zwar im Idealfall so, dass der Säuberungsprozess nur ein Minimum an Zeit in Anspruch nimmt, man hat ja noch ein Leben.

Wer effektiv putzen will, sollte den Sinnerschen Kreis kennen

Wer effektiv putzen will, sollte den Sinnerschen Kreis kennen. Der wurde nach dem 1988 verstorbenen Chemiker Herbert Sinner benannt, der lange die Waschmittelanwendungstechnik bei

dem Unternehmen Henkel leitete. Der Sinnersche Kreis setzt sich aus vier gleichwertigen Teilen zusammen, die jeweils für eine Komponente beim Reinigen stehen: Erstens die Chemie, also das verwendete Reinigungsmittel. Zweitens die Mechanik, also die Kraft, die wir mit Schrubben, Reiben, Bürsten aufwenden, um den Schmutz zu lösen. Drittens die Zeit, die ein Mittel einwirken darf oder die wir aufbringen, um mit dem Schwamm über die Arbeitsfläche zu wienern. Und viertens die Temperatur, denn warmes Wasser macht Schmutz viel schneller den Garaus als kaltes.

Dieses Quartett garantiert den Putzerfolg. Verändert man eines der Viertel, wirkt sich das auf die anderen drei aus, man braucht entsprechend mehr oder weniger davon. Wird ein für einen bestimmten Dreck besonders wirksames Reinigungsmittel gewählt, vergrößert sich dieses Viertel vielleicht auf ein Drittel des Kreises. Dadurch sind weniger Zeit, weniger Kraft, weniger Temperatur oder weniger von allem zusammen nötig.

Die Tatsache, dass wir Geschirr mit warmem Wasser spülen, erspart uns lästiges Schrubben, Zeit und einen Spezialreiniger. Die Frauen wiederum, die vor der Erfindung der Waschmaschine die Wäsche mit Seife im kalten Flusswasser wuschen, hatten nur wenig von den Faktoren Temperatur und Chemie zur Verfügung. Das machten sie durch viel Zeit und hohen körperlichen Einsatz – sprich Mechanik – wett. Wirkungsvolle mechanische Helfer sind heutzutage Tücher und Schwämme aus Mikrofaser. Sie wirken durch ihre spezielle Struktur wie eine feine Bürste und unterstützen so den Reinigungsprozess.

Die Faktoren Temperatur, Zeit und Mechanik sind wichtig

Jetzt könnte natürlich der ein oder andere Schlauberger auf die Idee kommen, den Faktor Chemie im Sinnerschen Kreis auf 100 Prozent hochzuschrauben. Um damit möglichst auf Zeit, Mechanik und Temperatur verzichten zu können, womit er oder sie kaum mehr Arbeit hätte, als das Mittelchen aufzubringen, drüberzuwischen – fertig.

Der Haken: Damit ein Reinigungsmittel allein durch seine Zusammensetzung so stark wirken kann, muss es enorm aggressiv sein. Und das wiederum bedeutet hohe gesundheitliche Risiken für den putzenden Menschen und großen Schaden für die Umwelt, in die der Reiniger über das Abwasser gelangt. Umweltmediziner und Hygieneexperten raten folglich dazu, beim Putzen vor allem auf die Faktoren Temperatur, Zeit und Mechanik zu setzen. Konkret kann das, wie folgt, aussehen.

Fliesenfugen

Ein Hausmittel, das sich für die Fugen bewährt hat, ist eine Mischung aus Backpulver und Wasser. Dazu ein Päckchen Backpulver in ein Gefäß, zum Beispiel ein Trinkglas, schütten und vorsichtig Wasser dazu geben, so dass eine schmierige Paste entsteht. "Aufpassen, dass das Ganze nicht zu flüssig wird, denn sonst bleibt es in den Fugen nicht haften", sagt Monika Berndt, technische Lehrerin für Hauswirtschaft an der Edith-Stein-Schule in Freiburg. Die Paste dann mit einer

Zahnbürste oder einem Pinsel in die Fugen reiben (Mechanik!), je nach Verschmutzungsgrad 20 bis 30 Minuten einwirken lassen (Zeit!) und anschließend mit warmem Wasser (Temperatur!) abwaschen. "Das funktioniert im Bad gut, aber wirkt auch in der Küche gegen Fettablagerungen", sagt Berndt. Je nachdem, wie stark die Verschmutzung sei, müsse man zwei, drei Mal nachreiben. Damit erst gar kein hartnäckiger Schmutz entsteht, plädiert Monika Berndt allerdings dafür vorzubeugen: Das Bad nach dem Duschen gut lüften und die Fliesen – oder auch den Spritzschutz aus Glas – mit einem Tuch oder einem Gummiabzieher trocknen.

Fenster

Glas gehört zum Glück zu den Materialien, die sich recht zügig vom angesetzten Schmutz trennen. So ist das Fensterputzen auch nach der Winterpause zwar kein Riesenspaß, kommt aber immerhin ohne größere Kraftanstrengung aus. Monika Berndt rät, zunächst mit einem fettlösenden Allzweckreiniger die Rahmen zu säubern, ebenso die Fugen, in denen sich gern Staubreste sammeln: "Bei diesen empfiehlt es sich manchmal sogar, den Staubsauger einzusetzen und sie auszusaugen." Danach das Fensterglas mit warmem Wasser, in das man bei Bedarf etwas Spüli oder Zitronenwasser gibt, reinigen und anschließend mit einem Mikrofasertuch abwischen. "Wer dann noch nachtrocknen möchte, kann das mit einem trockenen, flusenfreien Tuch tun, einem Abzieher – oder einer ausgelesenen Zeitung", sagt Berndt.

Backofen

Wer dem Faktor Zeit im Sinnerschen Kreis wohlwollend gegenübersteht, bekommt auch den übelsten Backofen sauber, ohne in teure Spezialsprays investieren zu müssen und damit die Umwelt zu schädigen. "Diese enthalten oft neben den Tensiden stark ätzend wirkendes Natriumhydroxid", sagt Marcus Gast vom Umweltbundesamt (UBA). Damit soll die Fett- und Krustenschicht aufgeweicht und angelöst werden. "Das funktioniert mit einem normalen, umweltfreundlicheren Soda-Küchenreiniger genau so", sagt Gast, "es dauert halt nur viel länger."

Sofa und Teppiche

Die Mechanik in Form von ordentlich Saugkraft gepaart mit Zeit befreit Sofas und Teppiche von Staub und Milben, im schlimmsten Fall auch Motten. "Das Sofa gern mit der Polsterdüse systematisch von allen Seiten, auch zwischen den Sitzeinheiten, bearbeiten", sagt Monika Berndt. Flecken immer gleich mit feuchtem Tuch behandeln, Teppiche auch von unten saugen – wenn es nicht gerade Auslegeware ist. Hat bei Oma schon funktioniert und ist immer noch effektiv: Kleinere Teppiche, die man tragen kann, an die frische Luft hängen und ausklopfen. Wirkt zudem befreiend, wenn man sich gerade über den Kollegen ärgert. Berndt empfiehlt zudem, sich alle zwei, drei Jahre eine Teppichreinigungsmaschine auszuleihen. Die gibt es im Drogeriemarkt oder bei

Reinigungsfirmen: "Das ist effektiver als mit Teppichschaum und dem eigenen, in der Regel nicht so kräftigen Staubsauger zu arbeiten."

Betten reinigen

Von den Polstern ist der Weg nicht weit zum Bett – also ab ins Schlafzimmer. "Kissen, Bettdecken und Matratzenschoner freuen sich über einen Waschgang, idealerweise an einem sonnigen Tag, so dass sie dann an der Frühlingsluft in Ruhe durchtrocknen können", sagt Berndt. Auch ohne die Waschaktion kann man das Bettzeug immer wieder mal im Freien durchlüften, das mögen Bakterien nicht. Für einen – wiederum mechanisch fordernden – Bettenputz die Matratze rausnehmen und das Gestell mit einem Staubtuch oder einem leicht feuchten Tuch reinigen. Matratze absaugen und wieder an Ort und Stelle legen, aber Achtung: entweder wenden oder so drehen, dass der Kopfteil jetzt unter den Füßen liegt – das gleicht durchgelegene Stellen aus.

Abfluss

Wer leichtsinnigerweise keine Siebe auf den Abflüssen im Bad liegen hat, um Haare davon abzuhalten, in Rohren zu verschwinden und sich dort zu Blockaden zu knäueln, oder gar Küchenabfälle die Spüle hinunterjagt, der steht früher oder später vor dem Problem: Rohr verstopft. "Das reinigt man am einfachsten und besten mechanisch", sagt Marcus Gast, "nämlich mit einem Pömpel, oder indem ich den Siphon abschraube und die Verstopfung von Hand beseitige." Wer nicht auf chemische Hilfe verzichten möchte, sollte auf Bio-Rohrreiniger setzen, und zwar auf flüssige. Denn Reiniger mit Granulat enthalten Natriumhydroxid. "Da pappen die Kügelchen im Rohr zusammen und bilden Krusten – so verstopft es weiter", sagt Gast.

Waschmaschine

Nicht immer ist Schmutz offensichtlich, mitunter muss man ihm erst auf die Schliche kommen. Zum Beispiel in der Waschmaschine. "Es lohnt ein Blick ins Einspülfach", sagt Berndt. Denn dort, wo das Pulver hineinkommt, innerhalb an der "Decke", bilden sich gern Ablagerungen oder gar Schimmel. Ebenso im Dichtungsring der Maschinentür. Die lassen sich mit einem sanften Reiniger gut entfernen.

Weniger ist mehr: Umweltfreundlicher putzen

Tenside, Duft- und Farbstoffe, Säuren, Laugen, Polymere, Chlor- und Sauerstoffverbindungen – die Liste an Inhaltsstoffen in Reinigungsmitteln ist lang und für den Laien kaum verständlich. Das macht es schwer, sich für Produkte zu entscheiden, die Umwelt und Gesundheit möglichst wenig schädigen. Die Option "nicht schädigen" gibt es nicht. "Kein Reinigungsmittel ist umweltfreundlich", sagt Marcus Gast, Experte für Wasch- und Reinigungsmittel beim Umweltbundesamt (UBA). Umweltfreundlicher allerdings lässt sich Gast zufolge durchaus

putzen:

Umweltzeichen

Achten Sie auf offizielle Umweltzeichen auf den Verpackungen. Besonders empfehlenswert sind der Blaue Engel und das EU-Ecolabel, auch als "Euroblume" bekannt. Diese sind im Vergleich zu konventionellen Produkten besonders umweltschonend und besitzen zudem eine gute Reinigungsleistung, die von unabhängiger Stelle überprüft wird.

Dosierung

Auch bei weniger umweltbelastenden Reinigungsmitteln sollte man auf die Dosierung achten. "Sie sind nur bei korrekter Dosierung tatsächlich umweltfreundlicher als andere Produkte", sagt Gast. Es gilt also wie generell bei der Verwendung von Reinigern: Weniger ist mehr.

Duftstoffe

Finger weg von Reinigern mit Zitrusduftstoffen wie Limonen: "Die sind umweltgefährdend und allergieauslösend", sagt Gast.

Desinfektionsmittel

Diese sind für normales Putzen unnötig. Sie enthalten Wirkstoffe, um Mikroorganismen abzutöten, und sind zum Teil schlecht biologisch abbaubar. Studien belegen zudem, dass in Haushalten, in denen häufiger Desinfektionsmittel eingesetzt werden, häufiger Allergien auftreten.

Säuren und Laugen

Verzichten Sie auf Produkte mit starken, anorganischen Säuren, zum Beispiel Salzsäure, oder Laugen, zum Beispiel Natronlauge. Diese wirken zwar schneller, sind aber als "ätzend" eingestuft und haben in Luft und Abwasser nichts zu suchen.

Essigsäure

Dieses Lösungsmittel ist zwar umweltschonender, schädigt aber Materialien und Gesundheit. "Flüchtige Säuren belasten beim Putzen die Luft, sie können die Lunge reizen und sind wesentlich aggressiver als zum Beispiel Zitronensäure", sagt Gast. Mit dieser erreiche man bei längerem Einwirken gleich gute Resultate.

Do it yourself

Wer Reiniger selbst herstellt, sollte nur kleine Mengen anrühren, sie nicht lange stehen lassen,

die Flaschen beschriften und vorm Neubefüllen heiß ausspülen: "Es bilden sich sonst schnell Bakterien, die Sie dann beim Putzen verteilen", sagt Gast. Und auch bei vergleichsweise harmlosen Bestandteilen wie Zitronensäure, Soda oder Natron gilt: Je weniger in die Umwelt gelangt, umso besser.

Ressort: [Haus & Garten](#)

Dossier: [Frühjahrsputz](#)

Zum Artikel aus der gedruckten BZ vom Sa, 25. März 2023:

» [Zeitungsartikel im Zeitungslayout: PDF-Version herunterladen](#)

» [Webversion dieses Zeitungsartikels: Eine runde Putzkunde](#)

Kommentare

Bitte legen Sie zunächst ein Kommentarprofil an, um Artikel auf BZ-Online kommentieren zu können.

[Jetzt Profil anlegen](#)