

Wie viel Putzen darfs denn sein?

Wie viel Sauberkeit ist nötig?
Wann wird Hygiene ungesund?
Und wie kann Putzen auch
Spass machen? Ein Mediziner,
ein Umweltberater und eine Eth-
nologin geben Auskunft.

von *Andreas Merz*



Sabine Lehmann hat es gerne sauber. Ihre Toilette putzt die 42-jährige Baslerin täglich. Die Mutter dreier Kinder sieht nicht ein, weshalb sie sich beim Putzen das Leben schwer machen soll. So benutzt sie fürs WC antibakterielle Feuchttücher, die sie nach Gebrauch gleich wegsülen kann. «Das ist zwar teurer», sagt sie, «aber dafür wird es auch wirklich sauber.»

Falsch, sagt Andreas Widmer: «Ein handelsüblicher Reiniger reicht für die Toilette völlig aus.» Als Leiter der Abteilung Spitalhygiene am Universitätsspital Basel weiss Widmer, wovon er spricht: Für Menschen mit einem geschwächten Immunsystem ist Sauberkeit überlebenswichtig. In privaten Haushalten sind antibakterielle Reinigungsmittel aber nicht nur überflüssig, so Widmer, sie haben auch gar keine Wirkung, wie verschiedene wissenschaftliche Studien zeigen. Selbst beim WC, das für viele Leute aus hygienischer Sicht besonders heikel ist, sind Desinfektionsmittel nicht nötig. «Natürlich ist es angenehmer, wenn eine Toilette sauber aussieht und gut riecht», meint der Mediziner. Das habe jedoch in erster Linie mit Ekel zu tun und nicht mit Hygiene.

Aber nicht nur die Wirkung antibakterieller Putzmittel ist fragwürdig, es gibt auch andere Probleme. Die Substanzen töten beim Kontakt mit der Haut auch nützliche Keime ab, was die Anfälligkeit auf Hautkrankheiten erhöhen kann. Belastet wird zudem die Umwelt: In Kläranlagen sind die Mittel biologisch nicht abbaubar, weil sie den dafür zuständigen Bakterien den Garaus machen. Schliesslich gibt es sogar Bakterienstämme, die gegen bestimmte Desinfektionsmittel resistent werden, und sie können diese Resistenz auf Antibiotika übertragen, wie Andreas Widmer erklärt. Bisher konnte dies allerdings nur im Labor nachgewiesen werden.

Dass beim Putzen allzu viel ungesund ist, wird auch im Zusammenhang mit Allergien immer wieder erwähnt. Tatsächlich haben Studien in ländlichen Gegenden gezeigt, dass Bauernkinder, die im Stall mit vielen Keimen in Kontakt kommen, ohne dabei krank zu werden, ein geringeres Allergierisiko haben als gleichaltrige Nichtbauernkinder aus dem selben Dorf. Der Schmutz eines Bauernhofs setzt sich allerdings anders zusammen als der Schmutz einer Stadtwohnung. Weniger häufig an Allergien leiden auch Kinder,

die mit vielen Geschwistern aufwachsen oder schon früh eine Krippe besuchen. Doch auch hier kann kein direkter Zusammenhang mit dem Putzen hergestellt werden.

Wenn Parfüm zum Problem wird

Kurt und Lena Haller aus St. Gallen leben umweltbewusst. Das Rentnerpaar kauft nicht nur biologische Lebensmittel ein, sondern schaut auch bei den Putzmitteln auf die Ökologie. Nur bei der Kaffeemaschine macht Kurt Haller eine Ausnahme: «Beim Entkalken geht es mir mit Essig einfach zu lange», sagt er. «Aber dafür habe ich jeweils ein schlechtes Gewissen ...»

Der Umweltberater Thomas Meienberg, Leiter des «Öko-Forum» der Stadt Luzern, hat vor einigen Jahren eine Broschüre über ökologische Reinigungsmittel geschrieben und sie seither regelmässig aktualisiert. Eigentlich seien solche Publikationen nicht mehr zeitgemäss, erklärt der diplomierte Drogist: «Die meisten Leute wollen keine Einschränkungen mehr akzeptieren.» Eine der Ursachen dieses Wandels im Umweltbewusstsein sieht Meienberg bei der

Reinigungsmittelindustrie: «Es ist uns aufgefallen, dass die Leute in den letzten Jahren stark auf die Werbung reagieren. Die Angst vor Keimen hat klar zugenommen.»

Das grösste Problem für die Umwelt sind heute nicht mehr die waschaktiven Substanzen (Tenside). Diese können in der Regel biologisch gut abgebaut werden, so Meienberg. Sehr problematisch sind dagegen die Duftstoffe: Weil sie nicht abbaubar sind, werden sie über die Kläranlagen direkt in Flüsse und Seen geschwemmt. Folge: Die sogenannten Moschusverbindungen, mit denen unzählige Reinigungsmittel und Kosmetikprodukte parfümiert werden, kommen heute nicht nur in den Gewässern, sondern sogar in Fischen vor.

Die Deklaration auf den Produkten sei alles andere als transparent, kritisiert Thomas Meienberg. Die Information «100% biologisch abbaubar gemäss OECD-Test» beziehe sich nur auf Tenside, nicht aber auf Farb- und Duftstoffe. Selbst Produkte, die als ökologisch unbedenklich angepriesen werden, enthielten Parfüm. «Die meisten Leute haben heute das Gefühl, ein Mittel wirke nur, wenn es auch gut riecht.»

Ob eine Toilette auch wirklich sauber ist, lässt sich nur mit Tests im Labor herausfinden – für den Haushalt kein taugliches Mittel. Am einfachsten ist es deshalb, wenn man sich der «Problemzonen» im Haus bewusst ist. An erster Stelle nennt Meienberg die Küche, wo es häufig warm und feucht ist und wo mit Lebensmitteln gearbeitet wird. So ist etwa der nasse Putzlapfen am Schüttsteinrand ein idealer Nährboden für Bakterien. Theorie-

tisch dürfe man ihn deshalb nur ein Mal verwenden, erklärt der Umweltberater. Er ist sich allerdings bewusst, dass sich kaum jemand an diesen Rat hält. Anlass zur Panik besteht dennoch nicht. Für gesunde Menschen sind die in der Küche vorkommenden Bakterien nicht gefährlich, wie auch Andreas Widmer betont. Und wie häufig sollte man putzen? Auf eine Faustregel wollen sich die beiden Fachleute nicht festlegen. Für einen Single, der in einer Einzimmerwohnung mit Parkettboden lebt, könne eine gründliche Reinigung alle zwei Wochen reichen. Wer dagegen in einer Wohnung mit Teppichboden, fünf Kindern und einem Hund lebt, müsse sicher häufiger putzen. Thomas Meienberg rät, sich auf seine Nase zu verlassen. Übler Geruch sei ein Zeichen dafür, dass Bakterien am Werk sind: «Dann müssen die Alarmglocken läuten.» Achtsam sein sollten Menschen, die an einer Hausstaubmilbenallergie leiden. Der Staub macht zwar nicht krank, es sind die Milben und ihre Ausscheidungsstoffe, die Allergien auslösen. Die von blossen Auge nicht erkennbaren Tierchen sind kein Zeichen für mangelnde Hygiene, sie kommen in jedem Haus vor. Es nützt denn auch wenig, sie mit stundenlangem Staubsaugen zu bekämpfen. Falls möglich, sollte man den Boden feucht aufnehmen, und auch beim Abstauben ein feuchtes Tuch verwenden. Ausserdem ist auf eine tiefe Luftfeuchtigkeit (unter 50%) und kühle Räume zu achten (18 bis maximal 21 Grad). Nützlich ist zudem ein Staubsauger mit Hepa-Filter: Damit kann verhindert werden, dass die Abluft des Geräts mikroskopisch kleine Partikel ins Zimmer bläst.

Spass statt Qual

Michael De Gregorio hasst Putzen. Der Informatiker aus Zürich könnte es sich zwar locker leisten, jemanden dafür zu bezahlen. «Aber in meiner Zweizimmerwohnung lohnt sich das nicht», meint der 29-Jährige. Er greift nur alle paar Wochen zum Staubsauger – wenn seine Freundin zu Besuch kommt. «Sonst beginnt sie bei mir gleich zu putzen», erklärt er. Und das gehe ihm dann doch gegen die Ehre. Für die wenigsten Menschen ist Putzen angenehm. Eine Qual muss es deswegen

noch lang nicht sein, findet Katharina Zaugg. Die Reinigungsfachfrau und Ethnologin ist seit 16 Jahren im Geschäft mit dem Schmutz. Sie führt ein Reinigungsinstitut und versucht mit Kursen, Performances und Büchern die Schäden zu kitten, welche der falsche Umgang mit Hausarbeit in der Gesellschaft und bei Individuen angerichtet hat. Katharina Zaugg ist sich bewusst, dass der Weg zum unverkrampften Putzen noch lang ist. Die Geringschätzung der Hausarbeit werde ja nicht bewusst von Eltern an Kinder weitergegeben, erklärt sie. Es handle sich dabei um Verhaltensmuster, die zum Teil unbewusst vorgelebt und von der nächsten Generation übernommen würden.

Auch die Emanzipation hat daran nicht viel geändert: Während Männer im Haushalt weiterhin mit Abwesenheit glänzten, hätten viele Frauen gegenüber dem Putzen eine Art Berührungshemmung entwickelt. Die Ethnologin versteht sich selber als Feministin, sie will nicht das Rad der Zeit zurückdrehen. Es trifft sie deshalb besonders, wenn ausgerechnet emanzipierte Frauen ihre Arbeit gering schätzen.

Doch wie könnte der Krampf mit dem Saubermachen gelöst werden? «Wir müssen etwas davon haben, wenn wir putzen», ist Katharina Zaugg überzeugt. «Es geht nicht einfach darum, einen Raum zu reinigen. Wir müssen weg von einer mechanischen zu einer beseelten Alltagskultur kommen.» Sie empfiehlt deshalb, mit allen fünf Sinnen zu putzen. Nicht verkrampft zuzupacken, sondern zu spüren, wie wohltuend es sein kann, mit einem feuchten, warmen Lappen über eine Oberfläche zu streichen. Beim Staubsaugen mit dem ganzen Körper mitzugehen, und nicht das Rohr zu umklammern und es stur durch die Wohnung zu stossen. Oder dem Putzwasser ein paar Tropfen eines ätherischen Öls beizugeben, statt synthetische Düfte aus Plastikflaschen einzuatmen. ☉

Buchtipps

«Wellness beim Putzen. Übungs- und Lesebuch». Katharina Zaugg. h.e.p. Verlag. 2004. Fr. 25.–. ISBN 3-03905-022-2

Was gehört in den Putzschrank?

In den letzten Jahren sind immer mehr Spezial-Reinigungsmittel auf den Markt gekommen, die nur für ganz bestimmte Einsatzorte verwendbar sind, wie etwa Vinyloberflächen, WC-Brillen oder Computertastaturen. Doch je spezialisierter ein Mittel ist, desto seltener wird es gebraucht, es trocknet irgendwann aus und muss entsorgt werden. Weniger ist deshalb mehr, wenn es um den Putzschrank geht. Im Grunde reichen fünf Flaschen: ein Allzweckreiniger, ein Bad-/WC-Reiniger, ein Scheuermittel, Putzsprit für die Fenster und Essig gegen Kalk.