

Ökologische

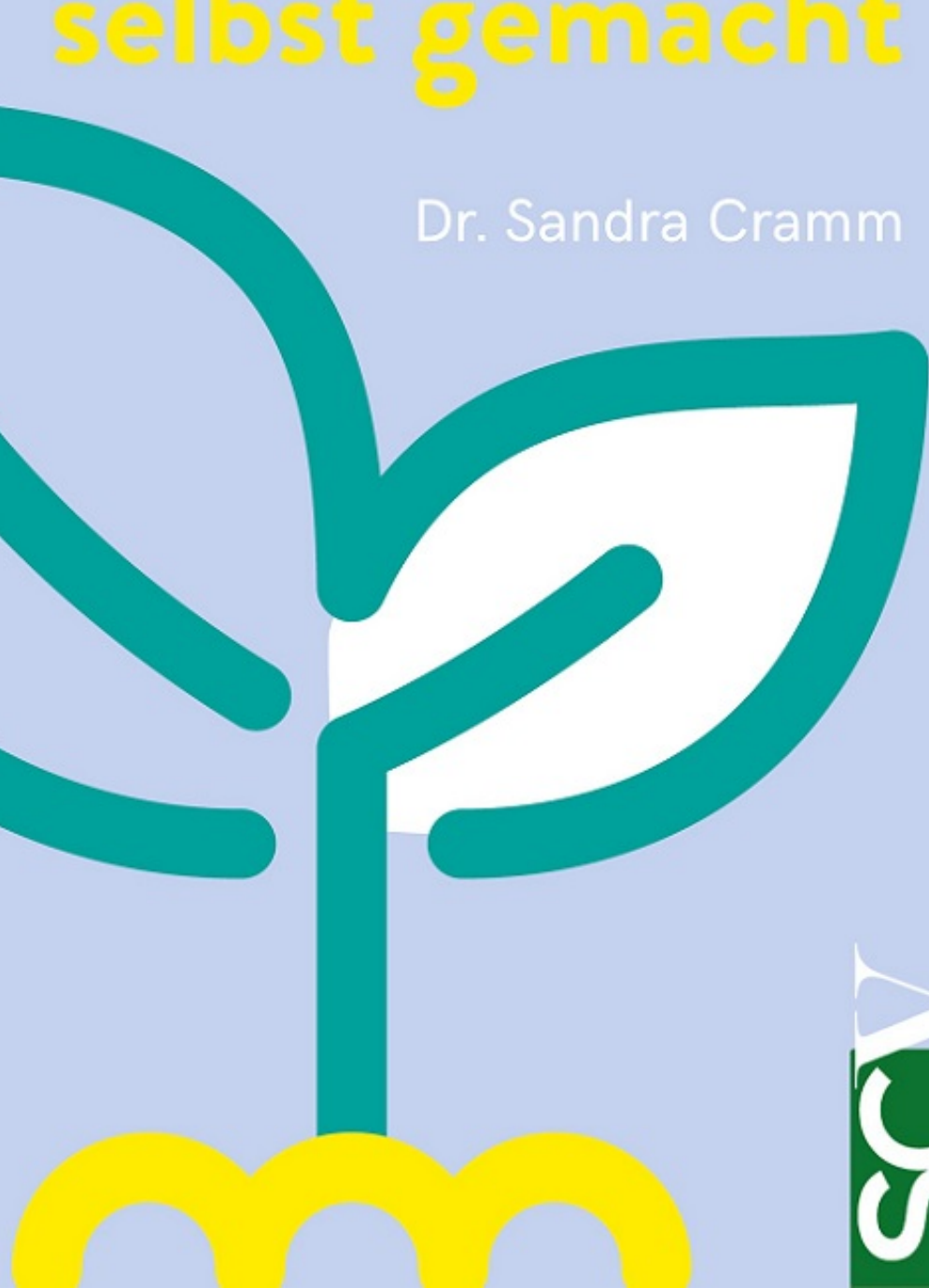
HAUSHALTS REINIGER

selbst gemacht

Dr. Sandra Cramm



über 70
einfache
Rezepte
und Tipps



SCV

INHALTSVERZEICHNIS

Putzen ohne Chemie - Geht das überhaupt?

Was brauche ich?

Behälter und Gefäße

Drogerie

Supermarkt

Internet

Kleine Putzmittelkunde

pH-Wert

typische pH-Werte (Mittelwerte)

Essig und Essigessenz

Der kleine Unterschied: Seifen und Tenside

Ätherische Öle

Antibakterielle Kräuter

Fungizide Kräuter

Antivirale Kräuter

Wirkstoffe ätherischer Öle

Ein Wort zu Grapefruitkernextrakt (citrus seed oil]

Badezimmer

Reinigung

Badreiniger

Badreiniger #2

Mildes Desinfektionsspray

Schimmel

Schimmelvorbeugung
Anti-Schimmel-Spray
Waschbecken und Wanne
Spiegelreiniger
Becken- und Wannenreinigerpulver
Abflussreiniger
Toilette
Toilettenreinigerspray
Urinsteinlöser-Scheuerpulver
Duft
Raumduftspray „Rose“
Raumduftspray „Lavendel“
Blütenpotpourri
Potpourri „Alpenwiese“

Küche

Spülmittel
Fruchtiges Duftspülmittel
Frisches Kräuterspülmittel
Fettlöser-Spülmittel
Angebrannte Töpfe
Obst- und Gemüsereiniger
Obst- und Gemüsereiniger #2
Obst- und Gemüsereiniger #3
Geschirrspüler
Geschirrspülpulver
Klarspüler
Scheuermilch
Kräuterscheuerpulver

Salzscheuermilch mit Rosenduft

Scheuerpulver bei harten Fällen

Öl-Joghurt-Scheuermilch

Backofen und Herd

Ofenreiniger mit Fettlösekraft

Herdreiniger

Mikrowellenreiniger

Geräte

Entkalker für die Kaffeemaschine

Pflege für Kochlöffel und Holzschneidebretter

Kühlschrank

Kühlschrankreiniger

Gefrierschrankreiniger

Tiere und Insekten

Ameisen

Silberfische

Wohnbereich

Bodenreiniger

Frischer Bodenreiniger

Bodenreiniger bei hartnäckigem Schmutz

Pflegereiniger für dunkle Holzdielen

Feuchte Bodenreinigungstücher

Teppiche

Teppichshampoo

Teppichreinigerpulver

Fenster

Fensterreiniger für außen

Fensterreinigerspray

Duft und Frische

Duftkissen

Duftkerzen

Kleiderschrank

Mottenbügel

Mottenduftkissen

Lavendelsäckchen

Holzpflge und Oberflächen

Holzpflgepaste

Staub und Tierhaare

Tatstatur- und Mauseiniger

Waschküche

Waschen

Flüssigwaschmittel

Waschnuss-Wäsche

Waschpulver

Weiche Bettwäsche

Milde Bleiche

Colorwaschmittel

Weichspüler

Wasserenthärter-Pulver

Vorbehandlung der Wäsche

Vorbehandlungsspray

Deostick-Reste

Blutfleck entfernen

Trocknen und Bügeln

Trocknertücher

Bügelwasser

Spezialfälle

Rost

Cola

Rhabarber

Polieren

Grillreiniger

Silber und Metalle reinigen

Polierpaste

Spezielles

Bürsten, Kämmen, Pinsel, Schwämmchen

Schuhe

Schuhspray

Feuchte Reinigungstücher für die Reise

Feuchte Reinigungstücher #2

Öltücher

Grundrezepte

Flüssig- und Schmierseife

Kernseife

Überfette Schmierseife

Überfette feste Seife





PUTZEN OHNE CHEMIE - GEHT DAS ÜBERHAUPT?

Gleich zu Beginn muss der Titel des Buches leider relativiert werden: Putzen ohne Chemie - das geht nicht.

Der Anwendung von Putzmitteln liegt immer eine chemische Reaktion zu Grunde, durch den der Schmutz entfernt wird. Wäre dies nicht der Fall, könnte man auch „rein mechanisch“ putzen, das hieße mit einer Bürste einfach ordentlich schrubben, fertig. Ein schönes Beispiel für eine chemische Reaktion ist die Lösung von Kalkrückständen durch Essig, bei der das schwerlösliche Calciumcarbonat (Kalk) zu in Wasser löslichem Calciumacetat und Kohlensäure reagiert. Wer schon einmal einen stark verkalkten Eierkocher mit Essigessenz befüllt hat, konnte die Bläschenbildung der aufsteigenden Kohlensäure beobachten.

Trotzdem ist es sinnvoll, sich nicht auf die Chemie aus dem Supermarkt zu verlassen, sondern mit einfachen Mitteln selbst einen Reiniger herzustellen. In der amerikanischen Zeitschrift „*better nutrition*“ war in der Septemбераusgabe im Jahr 2000 zu lesen, dass ca. 15% der Bevölkerung an einer vielfachen Chemikalienunverträglichkeit (MCS - multiple chemical sensitivity) leiden. Diverse Krebsarten, Geburtsfehler und auch psychische Erkrankungen seien demnach 150 verschiedenen chemischen Stoffen zuzuordnen, die in üblichen Haushaltsreinigern verwendet werden.