

Puhas. Kas ka tegelikult?



Tavaliselt hindame puhtust silma järgi, toetudes oma kogemustele ja veendumustele. Ent kas alati näeme ja oskame arvestada seda, mis meie tervist tegelikult mõjutab?

Tekst Helge Alt, OÜ Puhastusekspert Fotod Bulls

Sageli jäävad koristamisel kahe silma vahele kõrgemad tasapinnad. Kui räägime 1,6 või 1,8 meetri kõrguseni koristamisest, siis jäävadki kappide ja riiulite pealsed tähelepanu alt välja. Sama probleem on ka teiste kohtadega, kust tolmu on raske ära pühkida. Näiteks lillepotte ja muid esemeid täis aknalauad, ülekujutatud töölaudjne. Seal olev vana tolmu seob aja jooksul enda külge õhus hõljuvaid kahjulikke ühendeid, näiteks lenduvaid orgaanilisi ühendeid, hallituseoseid. Mida kauem on tolm pühkimata, seda rohkem on see endasse kogunud tervisele kahjulikke komponente. Õhu liikudes pääseb vana tolm liikvele ning tolmukübemed on nagu lendav vaip, mis kahjulikele ühenditele küüti pakub. Nii satuvadki meie hingamisteedesse tervist halvendavad komponendid ja need mõjutavad ka mitteallergikuid. Üheks oluliseks tervise mõjutajaks on hallituseosed. Sageli satuvad need siseõhku toalilled mullast, täpsemalt mulla pinnalt – kui lilli kastetakse üle ja näiteks aknalaud on tolmune, liigub eos sealt koos tolmuga õhku lendlema. Soovitatav on toalilled muld katta kergkruusaga (müüakse kauplustes), et vältida mullapinna ja õhu otsest kontakti.

Harvem, aga põhjalikumalt

Milliseid kaebusi võib tolm põhjustada? Tüüpilised vaevused on kurgu kuivus, otsese põhjuseta köhatamine, silmade sügelemine, peavalu, väsimus. Samas võivad vaevused ka puududa, kuid negatiivne mõju on siiski olemas. Ühe Norra uuringu põhjal kontorites, kus puhastati regulaarselt tolmu kuni 3 m kõrgused tasapinnad, haigestusid inimesed 40% vähem kui nn tavaliselt koristatud kontorites (arvesse läksid kõik kuni 2-nädalased haiguslehed). Kusjuures tavalist koristust tehti iga päev, muudetud koristust vaid kaks kor-

da nädalas, kuid peale pörand ja tühjade mööblipindade olid tähelepanu all kõik pinnad kuni 3 m kõrguseni. Seega koristati vähem, aga teadlikult, ning tulemus oli parem. Sarnaseid uuringuid on teisigi ja kõik nad viitavad ühele – ei tasu jätta tolmu pikalt pühkimata, see mõjub halvasti meie tervisele. See kõik kehtib ka kodus.

Mis tegelikult tualetis must on?

Ebameeldival lõhnal on alati põhjus, kuidas saab see alguse. Haisust lahtisamiseks on vaja kõrvaldada selle allikas. Sageli kasutame õhuvärskendajaid, mis teevad õhu meeldivamaks – summutavad haisu, kuid ei eemalda selle põhjust. Lisaks on õhuvärskendajate koostises sageli ka tervisele kahjulikke komponente. Milliseid kohti tuleks hoolega küürida? Telereklaamidest näeme sageli, kuidas tualetipotti seest küürida või kuidas pörand läikima läheb. Tänapäeval on olemas seadmed, millega saab nähtamatu nähtavaks muuta, koristustulemuste hindamisel on siin abiks UV-lamp. Tänu sellele võime üldistavalt tõdeda, et tavaliselt on WC-pott seest ja pörand tua-

Hea mõte: enne, kui WC-s vett tõmmata, sulge alati poti kaas.



Pöörleva sisuga Domestos Turbo Fresh aitab iga veetõmbega ühtlaselt kogu poti pinnalt mustust ja katlakivi eemaldada.



lettruumi kõige puhtamad kohad. Neid küüritakse iga koristuse ajal, sest reklaamid jms juhivad sellele tähelepanu. Mis siis ikkagi haiseb? Mida UV-lamp näitab? Meeste WC-des on sageli seintel pritsmed kuni ninakõrguseni, naistetualetis umbes vöökõrguseni. Sageli on tualetipoti jalal hulgaliselt triipe... Seal toimuvad mikroobilised protsessid tekitavad sageli ebameeldivat lõhna. Niisiis tasub regulaarselt pühkida-puhastada ka tualetiseinu ning potti küürida ka väljastpoolt. Hea nipp: enne, kui WC-s vett tõmmata, sulge alati poti kaas. Nii väldime pritsmete sattumist potist väljapoole.

Kui WC haiseb, tulekski eelnimetatud kohad puhtaks pesta. Samuti ruumis olev trapi auk – ainult kemikaali trappi valamisest ei piisa.

Tualetis eksimüüte veelgi

Teleekraanilt meenuvad kohe WC-poti ääres all elavad "kollid", mistõttu just sealt küüritakse sageli eriti hoolikalt. Aga mis kohti inimesed tualettruumis tegelikult puudutavad? Need on: WC-poti nupp, kraan, lüliti, käepide jms. Oluline on regulaarselt pühkida just neid kohti! Seda eriti avalikes tualettruumides, kus käib palju inimesi. Samas tasub mõelda, kas, mida ja kuidas sellistes kohtades käega puutada. Paljud haigused kanduvad edasi just puutepindade kaudu. Nimetatud detailide puhastamisest piisab igapäevasest puhastusainest või ka lihtsalt veega niisutatud mikrokiu-

Tolmu pühkimine kodus

- Parim on teha seda väheniiske lapiga või kuiva mikrokiust lapiga.
- Umbes kord kuus pühkige hoolikalt ka kapipealsed jms raskesti ligipääsetavad kohad, eriti oluline on see magamistoas.
- Pühkige tolmu rahulikult, muidu satub see siseõhku tagasi. Seetõttu ei ole kõvakattega pindadelt tolmu eemaldamine tolmuimejaga parim igapäevane koristusviis.

Mikrobidele tuul alla

- Oluline on korralik mustuse eemaldamine, kodustes oludes desinfitseerimise vajadust peaaegu pole.
- Kui õhuvärskendaja või lõhnava koristusaine mõjul on ruumis meeldiv lõhn, ei tähenda see veel, et seal on puhas ja tervislik.
- Kui WCst, trapist vm tuleb lehka, tuleb need kohad puhtaks teha (pesta puhastusainega).
- Pühkige regulaarselt puutepindu. Mõelge, mida inimesed puudutavad. Mõelge, kuhu võib sattuda mustus, mida silmaga ei näe. Pühkimiseks kasutage puhast koristuslappi, must lapp võib ise mikroobe laiali kanda.

lapist, desinfitseerimine ei ole ilmtinimata vajalik. Koos mustusega eemaldub enamik mikroobe ning puhas pind pole nende paljunemiseks soodne. Samas on oluline, mis järjekorras koristada ja millal koristuslapile uus külg keerata, et vältida mustuse ja mikroobide kandumist puhastele pindadele. Puhtust saab luua vaid puhta töövahendiga. Seega peavad kasutatavad koristustarvikud olema puhtad, ka lapid. Nii väldime mustuse kandumist puhastele pindadele. See, mis täpselt on kellegi jaoks puhas ja mis must, jäägu igähe enda otsustada. Puhtus on tervis ja mugavus. Kogemusi näitab, et teadlik ja korralik koristamine ei pruugi võtta rohkem aega ja raha. Tähtis on, et kulutaksite aega ja jõudu just kõige olulisemateks koristustöödeks.