

SKIFTER DU HÅNDKLÆDET OFTE NOK?

Et håndklæde er et ideelt sted for bakterierne, og de vokser lynhurtigt - især hvis håndklædet hænger og klumper

Slaraffenland for bakterier

Det er ikke kun fugten, der ifølge hygiejneeksperterne udgør en god grobund for bakterierne. Der er nemlig tre grundlæggende ting, som de trives i.

Udover fugten skal der være en god temperatur og føde tilstede. Mange badeværelser er dårligt udluftede og bliver derfor nemt lune og fugtige, og føden tilfører vi selv.

Jeg spiser aldrig på badeværelse, tænker du måske. Nej, men du tørrer dig med håndklædet, og når du gør det, ender der en masse døde hudceller i stoffet. Og dét er noget bakterierne kan lide.

Hudceller er dog ikke det eneste, buffeten består af. Udover dem kommer der sekreter fra hele din krop. Blandt andet fra spytt, sår, endetarm og urinrør. Yderligere kan der tilføjes sprøjt fra toilettet, hvis man ikke husker at lukke låget, inden man skyller.

Skift håndklædet ofte

Er man en af dem, der ikke lige får skiftet håndklæde så ofte, så anbefaler eksperterne, at man begynder at skifte cirka hver tredje dag, hvis man vil undgå en bakteriekoloni i sit håndklæde.

Det understreges dog, at det også har noget at gøre med, hvor grundigt man vasker sig i badet, og er der sygdom, så går anbefalingen på, at man kun bruger håndklædet én gang.

Det samme gælder det håndklæde, som man tørrer fingre i efter håndvask. Men er der ikke sygdom, er der ikke lige så mange lækkerier til bakterierne her.

Så alt efter hvor mange, der er i husstanden – og hvor gode de er til at vaske hænder – så behøver man ikke skifte det lige så ofte som badehåndklædet.

Heldigvis er der også måder at få håndklædet til at holde længere. Se listen nedenfor.

Undgå bakterier i badehåndklædet

1. **Bred håndklædet ud** - I stedet for at have det på en krog, hvor det hænger og klumper, er det en god idé at brede det ud. På den måde tørrer det hurtigere.
2. **God udluftning** - Sørg for god udluftning på badeværelset. På den måde tørrer håndklædet hurtigere, og klimaet bliver knap så fugtigt.
3. **Brug to håndklæder** - Hygiejneeksperterne foreslår, at man med fordel kan bruge to håndklæder – et til den øverste del af kroppen og et til den nederste.