

Mosható pelenkázás és Környezetbarát mosás

Mosható pelenkázás

Manapság, ha mosható pelenkákra gondolunk, azok a hajtogató prefordok jutnak az eszünkbe, amibe minket csomagoltak, bedunsztolva egy nedvességzáró nejlonon belülre. Ezért nyomós okot kell találni, hogy miért is pelenkázunk a 21. században ebbe a gyermekeinket, mikor ott vannak a kényelmes, könnyen eldobható, papírpelenkák.

A legtöbb anyuka várandóssága idején érzékenyebb lesz a környezetére. Ha engem kérdeznek én a szagokkal voltam így, ha páromat, akkor az egy másik történet. Mindenesetre már a legelején ki lehetett üldözni a világból a saját, addig imádott öblítőmmel, ezért elkezdtem bön-gészni a netet, hogy milyen alternatív megoldással válthatom ki ideiglenesen, míg vissza nem tér minden a régi kerékvágásba. Akkor még nem gondoltam, hogy ez nálam egy szemléletváltást jelent majd, mivel ennek kapcsán ismerkedtem meg a mosható pelenkázással is.

Az első kérdése mindenkinek a *miért?*

Az egyetlen szavas kérdésre igen összetett a válasz.

A legtermészetesebb mód az lenne, ha egyáltalán nem pelenkáznánk a gyerekeket, hiszen alapvetően szobatisztának születünk. Az első hat hónapban ugyanúgy rendelkezünk ezzel a képességgel, mint a lépő- és fogó reflexszel. A szülön múlik, hogy ezt elfelejtsi a pelenkázással, vagy tudatosan ráerősít a meglévő képességre. Ezt nevezzük ürítés-kommunikációnak Elimination Communication (EC).

A mai, mosható pelenkák modernizálódtak, *természetes, bőrbarát* anyagaik *légáteresztők, nagyobb nedvszívásúak* és kényelmesek. Mosásuk az automata mosógépekkel *két-háromnaponta 15 perc* többletmunkát jelent. (Mint mosható pelusozó anya, ezt megerősítem.) Továbbá, nem növeli a kommunális hulladék mennyiségét, akár a háztartásban, akár pelenkaszolgáltatnál tisztítják.

Az eldobható papírpelenkák egyik legnagyobb ellenérve a szemét, amit termel. Hihetetlen, de ha átlagosan 2,5 évet veszünk pelenkázási időszaknak, akkor ez idő alatt egyetlen gyermek pelenkázása *1-1.5 tonna szemetet* termel, ami lefed egy MB1-es futballpályát. Ennek a hulladéknak *50 évre* van szüksége, hogy a természet lebontsa. A háztartási hulladék *8-10%-át* teszi ki, pedig a lakosság *1%-a* termeli. Az EU-ban 1 tonna használt pelenka eltávolítása *60 ezer forintba* kerül. Mivel egy-egy pelenka nem a szeméttelre kerül közvetlenül a popsíró, ezért addig is valahogyan tárolni kell őket, ha lehet a legszagtalanabb módon, így pelenkazacskókat használunk. Egy pelenka, egy zacskó. Ezzel tovább rontunk az arányokon.

Ma már több ország, így Ausztria is anyagilag támogatja azokat, akik a mosható pelenkázás mellett döntenek. Ez tartományonként változó, maximalizált összeg, melyet a pelenkacsomag vásárlási blokkjának ellenében fizetnek meg. Megjegyzem, hogy az itt beszerzett pelenkák annyival drágábbak, hogy támogatás nélkül, az otthon vásároltakkal is valamennyivel jobban jövünk ki anyagilag.

Az eldobható „papír” pelenkának nem csak az utóélete környezetszennyező, már az előállítás is károsító és legkevésbé sem természetes.

Kívülről befelé haladva a rétegek: polipropilén, papír, cellulózörlemény (duzzadó zselével: nátrium-poliakrilát), papír, nedvességzáró polietilén fólia. Ezen kívül tartalmaz még ragasztót és gumit. A cellulóztartalmú nedvszívó réteg gyártása során nagyon sok vizet használnak el, amit erősen elszennyezve kapnak vissza. Ráadásul ezt is klórral fehéritik, ez a művelet pedig dioxin felszabadulásával jár, amely az emberiség történelmének egyik legveszedelmesebb mérge. Tehát nemcsak az „eredmény”, hanem a gyártás maga is ökológiai problémát okoz.

Az orvosoknak a használatban is vannak fenntartásaik. Ők hívták fel a figyelmet, hogy a baba egész alsóteste hosszú órákon át üvegházban van, ahol *folyamatos a meleg, a nedvesség, a levegőtlenesség*, ami ideális táptalaja a gombáknak, baktériumoknak. Ezen kívül a gyermek ürüléke több száz különböző vírust tartalmaz, amelyek több hétig fertőző képesek, így a szeméttelpeken további veszélyforrást jelentenek.

A textilpelenkák mellé sorakoztatható fel még két, nem elhanyagolható érv. Az egyik, hogy *lerövidül a pelenkázási időszak*, mivel a természetes anyagok nedvszívása mellett a gyerekek feneké hiába szellőzik, jobban érzik a neveltséget és kényelmi szempontokból hamarabb megszabadulnak tőle. Igaz, hogy mosható pelenkából végig napi 5-6 darabot használ el a kicsi, míg az ultramaggal ellátott, szuper erős nedvszívású papírból, akár három darabra is csökkenthető. Ez engem elgondolkodtatott a fentiek tükrében.

A másik érv, *egészségtani szempontból* előnyös, ugyanis ellentétben a papírpelenkákkal az anyagvastagság miatt kellő terpeszt biztosít, így a nem tökéletesen kifejtett csípővel született, vagy csípőficamos babáknak *kellő lábtartást* biztosít.

A textil pelenkák használatakor egy mosható, így többször is használható és a környezetben lebomló, így komposztálható, lehúzható papírbetét segít a nagy dolgok kidobásában. Ez a gyakorlatban azt jelenti, hogy én mindig teszek papírt a pelenkába, ami, ha pisis, megy a gépbe, mint a pelenka tartozéka, ha kakis lett, akkor pedig lehúzó a vécén. Így megkönnyítem a saját dolgomat és védem a pelenkát is.

Milyenek is ezek a pelenkák?

Alaptípusok:

A) AIO – All in One, azaz külső és belső egyben. Működése gyakorlatilag azonos az eldobhatóval.

Előnye: nem kell külön ráadni a babára.

Hátrány: lassabban szárad, és az ára is magasabb

B) Külső és belső külön

Előnye: a különböző márkájú, méretű és anyagú külsők és belsők kombinálhatóak (természetesen nem mindegyik mindegyikkel, de jó néhány márka kompatibilis egymással)

Hátránya: néhány pillanattal több ideig tart feladni, de gyakorlattal ez nem jelent nagy időráfordítást.

Külsők típusai anyag szerint:

Külsőkből a baba növekedésével nagyobb méreteket kell venni, ebből nem létezik olyan, amit a kezdetektől a szobatisztaságig használhatunk.

a) légáteresztő műanyag külső:

vízálló, légáteresztő műanyag külsők, mosógépben moshatóak (PUL/PUR/PES anyagok, internetes áruházakban kaphatóak méterre is, ha saját kezűleg varrnánk őket.)

- tépőzáras záródásúak
- patentos záródásúak
- belebújósak

b) -gyapjú külső:

természetes anyag, kezelése kicsit bonyolultabb, de nem ördögösség (langyos vízben mosni, lanolinozni, hűvös helyen szárítani). Ekcémás babáknak nem javasolt.

- saját készítésű varrt, kötött, horgolt
- gépi kötött nadrág
- gyapjúszövet

Előnye: télen fűt, nyáron hűt. Természetes, öntisztuló anyag. Nem kell minden használat után kimosni (ha csak pisis lett), elég kiszellőztetni és megszáritani.

Hátránya: lassan szárad és minden mosás után újra lanolinozni kell.

Lanolin, azaz *gyapjúviasz* patikában kimérve kapható, a pelenkák kezeléséhez alkalmanként egy nagyobb diónyi mennyiségre van szükség. Az egész metódus az első alkalom után nagyjából 10 perc alatt elvégezhető.

c) gumibugyi (hagyományos):

néhány helyen kapható, teljesen vízzáró, de nem légáteresztő. Előnye az ára.

d) pamut külső

nedvességzáró, és légáteresztő.

Belső típusai:

A) hajtogatós:

általában ez a fajta jut mindenki eszébe a textilpelenka szó hallatán. A mai ún. prefoldok azonban már több rétegűek, és sokkal jobb a nedvszívó képességük, mint a régieknek. Természetesen létezik a régivel megegyező, tetra pelenka is, ez egy rétegű, de hajtogatással a kívánt méretre alakítható. Mi is ilyen tetrában nőttünk fel.

B) Nadrágpelenkák:

gyakorlatilag a prefoldokon kívül az összes többi textilpelenka. Szabásukat tekintve olyanok, mint az eldobható pelenkák, csak textiltől készültek.

a) egy méret

születéstől szobatisztaságig (általában 3-15 kg-ig) (One size) általában patentok segítségével a mérete szabályozható, egészen kicsitől a nagy méretig.

Előnye: költségtakarékosabb, csak egy belső szettet kell megvenni az egész textilpelenkás korszak alatt

Hátránya: főleg a kisebb babáknál fajlagosan nagyobb a csomag a popsin.

b) több méret

(Two size...)

Előnye: kisebb csomag, csinosabb popsi.

Hátránya: a baba növekedésével a belsőket le kell cserélni, újra kell beruházni. Ez viszont lehet előny is, ha egyszerre több pelenkást is csomagolunk.

C) Megkötős belsők: főként kisebb babáknál alkalmazható, kis egyszerűsítéssel trapéz formájú pamutanyag, egyik végén kötökkel, melyekkel lehet a babára adni.

Belsők anyag szerint:

Természetes anyagúak: pamut, kender, bambusz, flanel.

Előnyük, hogy előállításuk is környezetbarát.

Részben természetes: tencel anyag, amely a legkevésbé környezetkárosító módon rostos celulózból előállított, természetes tapintású, és gyorsan száradó, nagy nedvszívású anyag.

Hátránya: bőrérzékeny babáknak nem ajánlott.

A használt pelenkák tárolása

Maguktól természetesen nem lesznek tiszták, de addig sem kell pelenkaszagban élnünk, míg összegyűlik egy mosásnyi. Érdeemes beszerezni egy jól záródó 10 liter körüli vödört, amely már önmagában teljesen szagzáró. Kétféle módon lehet őket tárolni:

- *szárazon:* ha pisis, csak bedobom a vödörbe, ha kakis lett a pelenka is, nem sikerült kidobni az egészet a papírbetéttel (hasmenéskor előfordul) leöblítem róla a nagyját és megy a vödörbe. Én ezt a módszert használom. A többit a mosógép intézi.
- *nedvesen:* amikor ebbe a vödörbe mosósódat és teafaolajat keverünk a vízhez, és a mosásig előáztatjuk. Ebben az esetben is a nagyobb baleseteket érdemes letakarítani. Hátránya szerintem, hogy gyakoribb mosást igényel.

A teafaolajat (pár csepp) antiszeptikus hatása miatt száraz tároláskor is érdemes használnunk, fertőtlenít és illatosít, de sokan egyéb illóolajokat használnak inkább, ez azonban nem feltétlenül a szagok elleplezése miatt történik. A mosható pelenkázás divatjának is meg vannak a maga hóbortjai.

Utazások alkalmával szag-és nedvességzáró zsákok segítenek a pelenkák száraz tárolásában. Ezek megvásárolhatóak, vagy akár saját kezűleg is elkészíthetőek, egy kis kezűgyességgel.

Ezeket a pelenkákat tilos fehéríteni, közvetlenül a radiátoron szárítani!

Mennyi pelenkára van szükség, és mennyibe kerül?

Egy gyermek kényelmes pelenkázásához 18-22 db pelenkára van szükség összesen. A minőségüknek köszönhetően akár két gyereket is kiszolgálhatnak, így felezzük a költségeket és nagyon zöldek is vagyunk 😊

Amikor a szimpatizáló, leendő anyák elkezdenek megismerkedni a mosható pelenkázással, egy idő után képesek elcsábulni a számtalan színes, mintás, pofás kis pelus iránt, de ezzel nehezen lehet meggyőzni az apákat, hogy miért is akarunk a már így is kisebb vagyont felémésztő kezdő, és kétség kívül csak a legfontosabb ágy, pelenkázó, autósülés, kis mackó, fürdőkacsa, fürdőpárna, három rend ágynemű, rácsvédő stb. mellé még nagyjából 80 ezer forintot gyorsan kiadni textil pelenkára, ami majd kakis, és bűdös lesz és ki fogja egyáltalán ki mosni...?

Kalkuláljunk!

Átnézve a pelenkakínálatot és a közüzemi díjszabásokat, átlagoltam. Korábban már említettem hogy 2.5 évet veszünk átlagos pelenkázási korszaknak, így ezzel számolok.

Heti két plusz mosással számolva egy átlagos AA kategóriás mosógép 60fokon 70 liter vizzel mos, ami óránként 1.5 kW áramot fogyaszt. Ez 7 m³ (4.000 forint) vizet és 150kW (7.500 forint) áramot jelent egy évben.

A mosható pelenkák ára típustól és márkától függően 2500 – 7000 forint között mozognak darabonként. 20 db 5000 forintos pelenka 100.000 forint egybe kiadást jelent a baba születésekor, szemben a papírpelenkával, amit részletekben veszünk meg, de ha pelenkánként 50 forinttal számolunk és napi 6 pelenkával, (ami az elején kell később meg a fogzás miatt jó ha gyakrabban cseréljük) akkor az 2.5 év alatt több mint 5000 darab, aminek az ára 252. 000 forint.

Még ha hozzá is adjuk a textil pelenkák árához a mosás költségeit, akkor is nagyjából fele annyi a költségünk *2.5 év alatt*, mint eldobható papírpelenkával.

Pelenka:	100.000 Ft
Víz:	10.000 Ft
Villany:	18.700 Ft
Mosószer:	3.750 Ft
<u>Ecet:</u>	<u>4.125 Ft</u>
	135.675 Ft

Környezetbarát mosás

Az utolsó két tétel érdekes lehet, de van egy kitétele a textilpelenkázásnak. Nem lehet bármilyen mosószerrel tisztítani és öblíteni. A nedvszívó rétegek sértődékeny anyagok és eltömődnek, ha túl sok mesterséges anyaggal kezelik őket, amikkel telepumpálják a színes zacskós mosószeret. Igazából mik azok a kis kék pöttyök a mosószerben? A szóda ereje?

A szóda ereje, ami gyönyörűen fehériti a ruhát a *mosószóda*ban és *szóda*bikarbónában rejlik. Felpezsegteti az anyagot, így a szennyeződések képesek felszabadulni a szálak közül. Mint a reklámban. Azt felejtik csak el megemlíteni, hogy mindkét por alakú csoda kapható nagy mennyiségben is, önmagában tökéletesen elég és 300 forint kilója. Igaz, nincs illatosítva, hirdelve és promótálva egy mackó, vagy róka által.

A mosószóda (nátrium-karbonát) általános vízlágyító, áztató, zsíroldó és tisztítószer, valamint környezetbarát, és nincs káros mellék terméke.

Tisztító, zsíroldó és vízlágyító hatása alkalmassá teszi az erősen szennyezett ruhák, felületek tisztítására, valamint remekül helyettesíti a foszfátos tisztítószereket.

Emellett a Sapindus mucorossi *mosódió*, szubtrópusi növény vízzel érintkezve habzani kezd, és zsíroldó hatásának köszönhetően eltávolítja a szennyeződést a textíliából.

Ezek a termékek mindenki számára elérhetőek bár tény, hogy kevésbé ismertek. Ausztriában kapható a nagyobb Spárokban, de 5-7-szeres áron, mint amennyiért otthon, vagy az interneten keresztül beszerezhetjük őket.

Az eladók leírásával szemben a mosószóda és szóda**b**ikarbóna folyamatos használat mellett fakítják a színes anyagot, míg a mosódió inkább a színesekhez ajánlott, mert kicsit szürkítik.

Tévhit, hogy vannak intelligens mosószerke, amik csak a szennyeződésekét távolítják el a színeket nem. Bele kell törődnünk, hogy kedvenc ruháink használati tárgyak és idővel elkopnak, ha használjuk őket.

Az ajánlások szerint a mosópor kiegészítéseként használhatjuk. A saját, világos színű ruháinkat, ágyneműinket és az összes pelenkát kizárólag mosószórával mosom. A szennyezettebb konyharuhákat és pelenkákat előázatom, vagy bedörzsölöm a foltot vele, és úgy teszem a mosógépbe. Az adagolása megegyezik a mosóporéval. Ha nem a mosógép adagolójába öntjük, hanem a ruhák közé, akkor a 2/3-a is elegendő. Folyékony mosószerként is alkalmazhatjuk, akkor is kevesebbet használunk közvetlenül a ruhák mellé téve. (A boltban kapható folyékony mosószerkekre is igaz ez, a hozzájuk adott labdákat nem kell a jelölésig feltölteni, hogy elérjük a kívánt eredményt.)

A mosószóda ugyan vízlágyító, de ráerősíthetünk, ha öblítő helyett ecetet használunk. Otthon még kapható a 25%-os háztartási ecet, amit hígítás nélkül önthetünk az öblítő tartályba. Ez a mennyiség nem elegendő, hogy egyetlen mosással megszabadítsa gépünket a lerakódott vízkőtől, de rendszeres használatával meghosszabbíthatjuk gépünk élettartamát. (Egy mosáshoz elegendő maximum 1 dl ecet. Több, mint egy éve használom ezt a módszert, nem károsította a ruháinkat és még senki nem szimatolt körbe, ecetes fejes salátának nézve.) Ha nem is térünk át az ecetes öblítésre, azért fél évente egyszer a mosógép védelmében megéri átpörgetni egyszer üresen 1-2 liter ecettel a mosógépet.

Az ecetről mindenkinek a szaga jut először az eszébe. Ha ezt, a nagyanyáink által használt vízlágyítást választjuk a ruháinkhoz, nem kell félni tőle, hogy ecetszagúak leszünk felöltözve. Ruháinknak vászon illata lesz, egy teljesen semleges szag. Ha hiányzik az illat, akkor akár mosásonként választhatunk nekünk tetszőt, ha nagyjából tíz csepp illóolajat adagolunk az ecethez, vagy a kicsit költségesebb, mosóparfümöt is választhatjuk, ugyanazt a hatást érzük el vele.

A legfrissebb és legkellemesebb a napon száradt ruha illata szerintem. A napnak fertőtlenítő és folttisztító hatása is, van, így pl a balesetes pelenkákat elegendő néhány alkalommal napoztatnunk és a foltok eltűnnek tőle.

A fenti eszközöknek a leírtakon kívül, még számos felhasználási módja van. Az ecettel a hajunkat is leöblíthetjük, de az ablakainkat és csempéinket is cseppmentesen tisztára törölhetjük vele. A mosószóda a csaptelepek tövében megülő vízkövet ugyanolyan hatékonyan robbantja fel, mint hangzatos gél társai. Zsíroldó hatását felhasználhatjuk takarítás és mosogatáskor is. Bővebben olvasható a forrásokban jelölt linkeken.

Végül a hatékony folttisztítás egyik általam nagyon kedvelt eszköze, ami a pelenkák esetében és a kóstoltatás időszakából származó gyümölcs- és zöldségfoltok eltávolításában is nagyon hatékony segítség, a dm márkájú mosószappan, amit 70 cent körül vásárolhatunk meg. Nekem még a mindennapos rendszeres használat mellett nagyjából egy hónapig elegendő. Hasonló csodákra képes a marhaepe szappan is. A neve ellenére szagtalan, vagy illatosított változatban is megvásárolhatjuk.

A környezettudatos tisztítási módszerekkel nem csak a környezetünket óvjuk meg saját magunktól, de a pénztárcánk is jobban jár ugyanannyi energia befektetésével.

Forrás

EC

http://en.wikipedia.org/wiki/Elimination_communication angol
<http://www.babakozelben.hu/cikkek/babapelenkanelkul1.htm>

A mosható pelenkáról legbővebb linkcentrum
<http://moshatopelus.blogspot.com/>

Mosódió

<http://www.mosodio.hu/inhaltwaschnuss.htm?/>

Mosószóda:

http://www.csaktermeszetesen.eoldal.hu/cikkek/mososzoda_szodabikarbona/mososzoda_szodabikarbona

Tisztítás, takarítás ötletek, tippek

<http://tisztitas-takaritas.blogspot.com/>
<http://www.csaktermeszetesen.eoldal.hu/cikkek/friss-trukkok-vegyesen/vegyes>

Teafaolaj:

<http://www.pharmateam-online.com/hu/kozmetik.htm>

Szabásminták sk pelenkák varrásához:

- gyapjúkülsőhöz:
<http://www.freewebs.com/kflorea/All%20Soaker%20Patterns.pdf>
- belső, AIO, egy-és többméretes pelenkák mintái leírásokkal:
<http://www.thenappynetwork.org.nz/diy.php>