

Unverbindliche Tipps unter jeglichem Haftungsausschluss:

„Wie man neue Kleidung für chemisch empfindliche Menschen geeignet macht“

[Auszug aus einem Blogbeitrag von „CHEMICAL FREE among friends“](#)

- How to make new clothes safe for the chemically sensitive -

## Wie man neue Kleidung für chemisch empfindliche Menschen geeignet macht

Post vom August 14, 2021

Neue Kleidung, Bettlaken, Handtücher und andere Wäschestücke können für Menschen mit Unverträglichkeiten sehr problematisch sein, da neue Stoffe oft mit Chemikalien versetzt sind, die schwere Reaktionen hervorrufen können. Selbst Bio-Kleidung, die GOTS- oder Öko-Tex-zertifiziert ist, kann für manchen „zu viel [belastet]“ sein. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, dafür zu sorgen, dass wir etwas Unbedenkliches zum Anziehen haben. **Die erste besteht darin, die am geringsten belastete Kleidung zu kaufen**, die wir finden können. Hier [\[verlinkt; englischsprachig\]](#) ist eine Liste von Kleidungsstücken, die die US-Bloggerin bevorzugt. Im Gegensatz zu den meisten Menschen können MCS-Betroffene ein neues Kleidungsstück nicht einfach nur einmal waschen, und schon ist es tragbar. Wir müssen härter daran arbeiten, Kleidung „sicher“ zu machen.

### Mehrmaliges Waschen

So einfach es auch klingt, durch mehrmaliges Waschen neuer Kleidung werden viele der Chemikalien entfernt, die uns krank machen können. Um beim Waschen die mit neuer Kleidung verbundenen Chemikalien zu entfernen, wäscht die Bloggerin am liebsten in der längsten und heißesten Einstellung, die für das zu waschende Gewebe zulässig ist. Es gibt keine magische Anzahl von Waschgängen, die immer funktioniert, sondern es hängt von dem jeweiligen Kleidungsstück und der Empfindlichkeit des Einzelnen ab. [Hier \[verlinkt; englischsprachig\]](#) sind die Protokolle der Bloggerin für die tägliche Wäsche und die leichte Dekontamination.

Es gibt verschiedene ergänzende Behandlungen, um Schadstoffe herauszulösen [jeweils verlinkt]:

- [EnviroKlenz Laundry Enhancer Odor Neutralizer](#)
- [OdorKlenz Laundry Additive Odor Neutralizer](#)
- [RLR Natural Powder Laundry Detergent](#)

### Auslüften

Im Neuzustand riechen viele Kleidungsstücke nach chemischen Farbstoffen und Behandlungen. Wenn man sie auslüften lässt, werden viele der Chemikalien, die uns krank machen können, entfernt. Je nach Kleidungsstück kann dies Monate oder länger dauern. Die Bloggerin hat ein Regal auf dem Dachboden, wo sie Sachen dazu aufhängt, bevorzugt in der trockenen Sommerhitze. Anschließend zieht sie es außerdem vor, die Wäsche nach dem Auslüften mehrmals zu waschen. Achten Sie darauf, dass die Wäsche an einem trockenen und gut belüfteten Ort hängt. Manche Leute lüften ihre Wäsche gerne draußen in der Sonne oder im Regen. In der Gegend der Bloggerin ist es sehr feucht, so dass sie Angst vor Schimmelbildung hat.

### Dekontaminierungs-Protokoll für neue Kleidung

[Dieses \[verlinkte; englischsprachige\] Protokoll von \*Seriously Sensitive to Pollution\*](#) ist ein wirksames Mittel zur Entfernung von Schadstoffen aus Kleidungsstücken. Dabei werden die Kleidungsstücke in unterschiedlichen Lösungen [Laugen] eingeweicht, die zur Entfernung verschiedener Chemikalien beitragen. Achten Sie darauf, dass Ihr Raum gut belüftet ist, und verwenden Sie Handschuhe und Utensilien im Umgang mit den Lösungen/Laugen. Da die Bloggerin den Umgang mit einigen dieser Lösungen nicht verträgt, führt ihr Mann dieses Dekontaminierungs-Protokoll durch. Ihre größte Herausforderung war es, ein sicheres Gefäß für das Einweichen zu finden. Sie hatte Angst, dass aus Plastikwannen etwas Schädliches in die Kleidung gelangen könnte, also versuchte sie es mit einer verzinkten Stahlwanne. Aber die rostete schnell und im Nachhinein betrachtet ist der Verzinkungsprozess auch nicht besonders rein. Schließlich haben sie sich für ein Behältnis/Wanne aus Polycarbonat entschieden, die aus harmlosem, nicht reaktionsfreudigem Kunststoff besteht. [..]

**Beginnen Sie mit Qualitätskleidung.** Gegen billige Polyester-Stretchhosen [...] hilft kein Einweichen und Waschen. [...] Im Gegensatz dazu war jedes andere Kleidungsstück, das die Bloggerin mit diesem Protokoll behandelt hat, ein Erfolg.

- Dieses Verfahren zieht die Farbstoffe aus der Kleidung heraus, so dass die **Kleidung ausbleicht**.
- **Siebdrucke auf T-Shirts lassen sich in der Regel nicht gut mit diesem Protokoll behandeln**, da sie zu Rissen und Ablösungen neigen.
- Bitte **nach Farben trennen, da es zu Auswaschungen/Verfärbungen kommen kann**.
  - Die Bloggerin trägt nur 100 % Baumwolle und hatte bisher nur wenige Probleme, abgesehen von leichten Verfärbungen, wenn die Farben nicht gut genug getrennt waren. Ein helles Hemd, das mit dunklerer Kleidung gemischt wurde, sah ein wenig gebatikt aus.
- **Sie hat dieses Protokoll nur bei Baumwolle ausprobiert und glaubt nicht, dass sich empfindliche Dinge wie Seide oder Wolle gut eignen würden.**
- **Dehnen oder Schrumpfen ist möglich**, aber die Bloggerin hatte damit keine Probleme.

Die Bloggerin verwendet beim Waschen von Kleidungsstücken immer den „Hygienemodus“: Das extra heiße Wasser fördert die Löslichkeit der Chemikalien, die es zu entfernen gilt. Aber es verursacht auch eine starke Abnutzung der Stoffe. **Wenn Sie Ihre Kleidung nach dem Einweichen ausspülen, lassen Sie bitte viel Wasser in den Abfluss laufen, da einige der Lösungen für manche Rohre ätzend sein können.**

→ *Ergänzender Hinweis des Übersetzers (unverbindlich): 1 Gallone (USA) entspricht 3,79 Liter*

### Schritt 1) 24-stündiges Einweichen in Salzwasser

Dadurch werden die **Farbstoffe fixiert**. [Das \[verlinkt\] ist das Salz](#), das die Bloggerin verwendet. Lösen Sie 1/2 Tasse Salz in 1,5 Litern heißem Wasser auf. Geben Sie die Kleidung in die Wanne und füllen Sie zusätzlich Wasser nach, so dass alle Kleidungsstücke bedeckt sind. **Nach 24 Stunden spülen und in der heißesten und längsten Einstellung waschen**, die für die Art des zu dekontaminierenden Gewebes zulässig ist.

### Schritt 2) 24-stündiges Einweichen in Trinatriumphosphat (TSP) *[Ergänzender Hinweis: Natriumsalz der Phosphorsäure]*

Dies **entfernt anorganische Chemikalien wie Duft- und Farbstoffe**. Lösen Sie etwa 1/4 Tasse TSP in 3 Gallonen heißem Wasser auf. Vergewissern Sie sich, dass das Wasser heiß genug ist und das gesamte Pulver aufgelöst ist. Geben Sie die Kleidung in die Wanne und füllen Sie zusätzlich Wasser nach, so dass alle Kleidungsstücke bedeckt sind. **Nach 24 Stunden spülen und in der heißesten und längsten Einstellung waschen**, die für die Art des zu dekontaminierenden Gewebes zulässig ist.

### Schritt 3) 2-stündiges Einweichen in Milch

**Damit wird Formaldehyd entfernt**. Die Bloggerin bevorzugt Milchpulver, da es einfacher in der Wackküchen-Aufbewahrung ist. Frische Milch kann verwendet werden, aber achten Sie darauf, dass es sich um Vollmilch handelt, da der Fettgehalt zur Entfernung von Formaldehyd beiträgt.

Bitte beachten Sie, dass es sich NICHT um ein 24-Stunden-Einweichen handelt! Die Milch wird nach ein paar Stunden sauer und hinterlässt einen Geruch in Ihrer Kleidung! Die Bloggerin hat den Fehler gemacht, eine Wäscheladung zu lange einzuweichen und sie hat den Geruch der verdorbenen Milch trotz aller Maßnahmen nie wieder aus der Kleidung herausbekommen. Lösen Sie 2 Tassen Vollfettmilch in 3 Litern Wasser auf. Geben Sie die Kleidung in die Wanne und füllen sie zusätzlich Wasser nach, so dass alle Kleidungsstücke bedeckt sind. **Nach 2 Stunden spülen und in der heißesten und längsten Einstellung waschen**, die für die Art des zu dekontaminierenden Gewebes zulässig ist. Falls erforderlich, wiederholen Sie den Vorgang.

### Schritt 4) 24-stündiges Einweichen in Essig

**Damit werden organische Chemikalien, wie Petrochemikalien, entfernt**. Viele Essigarten werden unter Verwendung von Erdöl hergestellt, [dieser \[verlinkt\] von der Bloggerin verwendete](#) wird aus Getreide gewonnen. Mischen Sie 1 Tasse Essig und 3 Gallonen Wasser, bis die Kleidung vollständig bedeckt ist. **Nach 24 Stunden spülen und in der heißesten und längsten Einstellung waschen**, die für die zu dekontaminierenden Textilien zugelassen ist. Wenn Sie Essig nicht vertragen, versuchen Sie es stattdessen mit Zitronensaft.

Unverbindliche Tipps unter jeglichem Haftungsausschluss:

„Wie man neue Kleidung für chemisch empfindliche Menschen geeignet macht“

### Schritt 5) 24-stündiges Einweichen in Borax und Waschsoda

Dies neutralisiert alle Säuren und absorbiert Gerüche. Wenn kein Waschsoda zur Verfügung steht, kann man auch Backpulver verwenden. [Das \[verlinkt\] ist das Borax](#), das die Bloggerin verwendet. Zu dem verwendeten Backpulver liegt keine gültige Verlinkung vor. Lösen Sie 1/2 Tasse Borax und 1/2 Tasse Waschpulver in 3 Gallonen heißem Wasser auf. Geben Sie die Wäsche in die Wanne und fügen Sie zusätzlich Wasser hinzu, so dass alle Kleidungsstücke bedeckt sind. **Nach 24 Stunden spülen Sie die Kleidung aus und waschen sie in der heißesten und längsten Einstellung**, die für die zu dekontaminierende Stoffart zulässig ist.

### Schritt 6) 24-stündiges Einweichen in Isopropylalkohol oder Wodka

Dies funktioniert, weil ein Ende des Alkoholmoleküls gut an Wasser haftet und das andere Ende gut an den **Lösungsmitteln haftet, die wir zu reduzieren versuchen**. [Dieser Schritt ist nicht immer notwendig, aber wenn die Kleidung nach den obigen Schritten immer noch riecht](#), fügen Sie 1/2 Tasse Alkohol in 3 Gallonen Wasser hinzu. Geben Sie die Kleidung in die Wanne und füllen zusätzlich Wasser nach, so dass alle Kleidungsstücke bedeckt sind. **Nach 24 Stunden spülen Sie die Kleidung aus und waschen sie in der heißesten und längsten Einstellung**, die für die Art des zu dekontaminierenden Gewebes zulässig ist.

Auch nach all diesen Schritten wäscht die Bloggerin die Kleidung gerne noch ein paar Mal, bevor sie sie trocknet und trägt.

Obiger Text ist keine Empfehlung unserer Selbsthilfegruppe. Es handelt sich um einen

[Auszug aus einem Blogbeitrag von „CHEMICAL FREE among friends“](#)

„How to make new clothes safe for the chemically sensitive“

### Haftungsausschluss und Nutzungsrechte

Wir weisen darauf hin, dass wir selbst (Dokumentenersteller/Selbsthilfegruppe) keine Experten sind und daher alle Informationen ausschließlich unverbindlich zur Verfügung stellen. Weder für die hier vermittelten Inhalte noch für die verwendeten Quellen wird seitens der Dokumentenersteller eine Gewähr übernommen hinsichtlich Qualität und Aktualität. Eine etwaige Umsetzung der hier von der Bloggerin empfohlenen Maßnahmen erfolgt ausschließlich auf eigenes Risiko (Haftungsausschluss des Dokumentenerstellers für etwaige Schäden, Verletzungen etc.). Die vorstehenden Übersetzungen können nur unverbindlich zur Verfügung gestellt werden. Es handelt sich um eine PC-gestützte (kostenlose Version von DeepL), keine professionelle Übersetzung. Weder DeepL GmbH noch die Autoren/Übersetzer übernehmen eine Haftung für die Genauigkeit, Zuverlässigkeit und Richtigkeit der hier angebotenen Übersetzungen. Die in diesem Dokument verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich auf alle Geschlechter. Auf eine Doppelnennung/gegenderte Bezeichnungen wurde z. G. einer besseren Lesbarkeit verzichtet. Die hier vermittelten Informationen/Übersetzungen werden vom Dokumentenersteller kostenlos zur Verfügung gestellt (keine kommerzielle Nutzung) und dürfen gerne weitergegeben werden. Eine Online-Veröffentlichung dieses Dokumentes bleibt den Dokumentenerstellern (siehe Fußzeile) vorbehalten. Sofern Teile/Formulierungen des Haftungsausschlusses/der vorstehenden Angaben nicht (mehr oder vollständig) der geltenden Rechtslage entsprechen sollten, bleiben die übrigen Formulierungen in Inhalt/Gültigkeit davon unberührt. An die Stelle der unwirksamen Formulierungen soll diejenige wirksame und durchführbare Regelung treten, deren Wirkung der erkennbaren Zielsetzung am nächsten kommt, die der Verfasser mit der ursprünglichen Formulierung verfolgt hat.