



Vasketøjsguide: Her er de potentielle bakteriebomber

AF Cecilie Lyng Berg

Håndklæder, karklude og selve vaskemaskinen kan indeholde flere bakterier, end du lige regner med.

Det er moderne og miljøvenligt at vaske ved lav temperatur, men selv om vasketøjet ser rent ud, kan det sagtens indeholde bakterier.

- Masser af vaskepulvere, som har fedtopløselige enzymer i, virker rigtigt fint ved de lave temperaturer. Men det slår bare ikke bakterierne ihjel, siger Thomas Bjarnsholt, professor, ph.d. og dr.med. ved Institut for Immunologi og Mikrobiologi ved Københavns Universitet.

[fakta-1]

Og selv om bakterier ikke i sig selv er farlige, gælder det om at få dræbt de sygdomsfremkaldende af slagsen, siger Thomas Bjarnsholt. For karkluden kan indeholde listeria, jordbakterier eller salmonella, mens underbukser kan indeholde coli- og andre afføringsbakterier. Og det hele bliver blandet rundt inde i maskinen.

- Så hvis man vasker karklude og underbukser sammen med børnenes elefanthuer, risikerer man, at de bakterier kommer over på tøj, som er i berøring med munden, siger han. [Væggelus gemmer sig i dit vasketøj](#)

Fugtige karklude og viskestykker er også et mekka for bakterier, fordi de elsker fugtige miljøer, siger han.

- Og hvis der også er lidt kødsaft indeni, eller man har tørret brødkrummer op, så er det vækstmedier for bakterierne, siger han.

Derfor skal håndklæder, karklude, viskestykker, sengetøj og undertøj vaskes ved 60 grader, som er smertegrænsen for de fleste bakterier.

Det samme gælder dit sportstøj, hvor der også er en del bakterier i spil. Hvis materialet ikke tåler 60 grader, kan du give det 40 grader, men lægge det i eddike eller Rodalon først.

- Almindelig husholdningseddike dræber også bakterier rigtigt godt. Og det er jo bakterierne, man gerne vil have dræbt i sportstøjet. Det er ikke sveden i sig selv, der lugter, siger Thomas Bjarnsholt.

Resten af dit tøj – bukser, strømper og trøjer – kan du oftest vaske ved 30 eller 40 grader. Medmindre du har været syg eller ikke bruger underbukser, siger Thomas Bjarnsholt. [Fem tricks til at spare tid i hverdagen](#)

Sørg også for, at du en gang imellem får dræbt bakterierne i selve vaskemaskinen. Så vask en tom maskine eller viskestykker på 90 grader, særligt hvis maskinen lugter surt, for det er tegn på bakterier eller svampe, siger han. Og hold døren åben resten af tiden.

- Hvis den står lukket, så har du jo det her fugtige miljø, som bakterierne elsker. Og så gror bakterierne. Så det er en god idé altid at have sæbeskuffen og maskinen åben, for så tørrer det ud, siger Thomas Bjarnsholt.

Hvis du har en gammel vaskemaskine, kan du også vælge et lidt varmere vaskeprogram end tiltænkt, siger Charlotte Fischer, der er faglig leder på tekstillaboratoriet på Teknologisk Institut.

- En normal husholdningsvaskemaskine gør det, at hvis man vælger en temperatur, så varmer den op til det. Men så holder den ikke temperaturen i de ti minutter, som ellers skal til for at slå bakterierne ihjel. Så derfor siger vi ti grader højere for at være sikker, siger hun.

Så hvis du vil vaske ved 80 grader, så drej knappen hen på 90 grader for at være på den sikre side.

Du bør også afkalke maskinen en gang imellem, hvis der er meget kalk i dit vand. For hvis varmelegemet er kalket til, har maskinen sværere ved at komme op i grader, siger Charlotte Fischer.

- Så du ved reelt ikke, hvilken temperatur du vasker på, eller hvor længe den holder temperaturen, siger hun.

/ritzau fokus/