

Wasserstoffperoxid. Anwendung als Heilmittel und Alltagshelfer!

Wasserstoffperoxid. Wer kennt es nicht - aus den Friseursalons dieser Welt... Umso entsetzter war Finni Fit einst, als ihre Urenkeltochter im Kleinkindalter in der Ambulanz eines Krankenhauses Wasserstoffperoxid (H_2O_2) als Heilmittel zum Spülen der Ohren erhielt. Es ging um eine Mittelohrentzündung mit bereits verletztem Trommelfell. Aber man lernt ja nie aus, selbst Finni Fit nicht. So hat sie sich damals intensiver mit Anwendung und Wirkung von Wasserstoffperoxid auseinandergesetzt. Und tatsächlich: Seither möchte Finni Fit Wasserstoffperoxid nicht mehr missen - weder als Heilmittel, noch als Alltagshelfer im Haushalt für ganz viele, unterschiedliche Situationen und Gegebenheiten.



Eigenschaften von Wasserstoffperoxid

[Wasserstoffperoxid](#) wurde bereits im frühen 19. Jahrhundert entdeckt. Es handelt sich dabei um eine farblose Flüssigkeit, die sich ausschließlich aus Wasser und Sauerstoff zusammensetzt. Dabei besitzt Wasserstoffperoxid ein paar beeindruckende Eigenschaften, die es zu einem echten Multitalent machen:

- Antimikrobielle und desinfizierende Eigenschaften: H_2O_2 tötet Bakterien, Viren, Keime, Schimmel und Pilze effektiv ab. Entsprechend gilt Wasserstoffperoxid als ideales Mittel zur Wundreinigung und Desinfektion von Oberflächen.
- Wasserstoffperoxid besitzt bleichende Eigenschaften, weshalb es oft in kosmetischen Produkten wie Haarfärbemitteln und Zahnpasta eingesetzt wird. Aber damit noch lange nicht genug...
- H_2O_2 hat keinen Eigengeruch. Im Gegenteil, es ist sogar dazu in der Lage, bestehende, unangenehme Gerüche zu neutralisieren.
- Im Unterschied zu einigen anderen, chemischen Zusammensetzungen und vor allem auch herkömmlichen [Reinigungsmitteln](#), ist Wasserstoffperoxid sehr umweltfreundlich. Es zerfällt nämlich in seine harmlosen Bestandteile: Wasser und Sauerstoff.

Und übrigens: Wasserstoffperoxid ist in unterschiedlichen Konzentrationen verfügbar und darf bis zu einer maximalen Konzentration von 12 % frei in der EU verkauft werden, wobei eine 3-prozentige Lösung für die Einsatzbereiche, die Finni Fit euch vorstellen wird, völlig ausreichend ist. Stärkere Konzentrationen als 3 %, wie sie in der Industrie verwendet werden, können reizend wirken und sollten nur mit Vorsicht und entsprechender Schutzausrüstung verwendet werden. Achtet außerdem darauf, H_2O_2 nicht unverdünnt auf die Haut oder Schleimhäute aufzutragen, da dies zu Irritationen führen kann. Seid ihr euch unsicher zum Einsatz von Wasserstoffperoxid, insbesondere mit Blick auf die Anwendungen im Bereich Pflege und Gesundheit, so konsultiert zunächst bitte euren Arzt oder Apotheker. Auch sollte Wasserstoffperoxid natürlich nicht in die Hände von Kindern gelangen, aber das ist ja ohnehin klar.

Wasserstoffperoxid - Anwendung zur Reinigung

Ob Küche, Bad oder Wohnzimmer – Wasserstoffperoxid ist ein wahres Wundermittel, wenn es um Sauberkeit und Hygiene im Haushalt geht. Die antimikrobielle Wirkung des Allrounders ist dazu in der Lage, Oberflächen intensiv zu reinigen und lässt sogar Fugen im Badezimmer wieder strahlen. Besonders bei der Desinfektion von Schneidebrettern und Arbeitsflächen in der Küche ist es eine natürliche Alternative zu chemischen Reinigern.

Reinigung von Küchenutensilien

Wenngleich Holz von sich aus bereits eine antibakterielle Wirkung mit sich bringt, so könnt ihr Küchengegenstände aus Holz - so beispielsweise Schneidebrettchen und Rührlöffel - gerade nach dem Verarbeiten von Fleisch noch einmal intensiv mit Wasserstoffperoxid reinigen. Das H_2O_2 ist gleichzeitig dazu in der Lage, sämtliche Bakterien abzutöten - also gründlich zu reinigen - und dabei schonend zum Holz zu sein. Dasselbe gilt selbstverständlich auch für alle anderen Küchenutensilien, die nach getaner, harter Arbeit einer besonderen Reinigung bedürfen.

Was überdies ganz wunderbar funktioniert ist es, Flecken auf Edelstahl- und Silberbesteck zu entfernen. Dazu das Besteck - oder sonstige Gegenstände aus Edelstahl oder Silber - mit Wasserstoffperoxid einsprühen; nach ein paar Minuten Einwirkzeit einfach mit einem trockenen Tuch polieren. Fertig!

Reinigung von Oberflächen

Ob Arbeitsplatte in der Küche, Böden aller Art oder Fliesen. Einfach das Wasserstoffperoxid aufsprühen bzw. mit einem Tuch oder Lappen auftragen, kurz einwirken lassen und bei Bedarf trockenwischen. Fertig! Dasselbe gilt übrigens für das Putzen von Fenstern, wenngleich Finni Fit auch noch eine andere Lösung für das Reinigen von Glas und Oberflächen in petto hat. Hier der [Link](#) dazu.

Und übrigens: Reinigt ihr euren Kühlschrank mit Wasserstoffperoxid, könnt ihr dadurch auch unmittelbar lästige Gerüche neutralisieren. A apropos Geruchsneutralisierung... Müffelige Schuhe? Einfach ein paar Sprühstöße H_2O_2 auf die Sohlen im Schuh geben und über Nacht einwirken lassen.

Beseitigung von Schimmel

Wer kennt es nicht... Schimmel im Bad, der sich hartnäckig in Fugen absetzt. Wer ihn hat und loswerden möchte, sprüht die Fugen einfach mit Wasserstoffperoxid ein. Kurz einwirken lassen, abwischen fertig. Sollte es sich um besonders hartnäckigen Schimmel handeln, empfiehlt es sich, den Vorgang zu wiederholen.

Reinigung der Toilette

Nicht nur sauber, sondern sogar ganz rein wird eure Toilette, wenn ihr in etwa eine halbe Stunde vor der Toilettenreinigung etwas Wasserstoffperoxid in die Toilettenschüssel gebt. Nach der Einwirkzeit die Toilette einfach wie üblich reinigen. Fertig!

Wasserstoffperoxid - Anwendung zur Fleckentfernung

Zur Fleckentfernung eignet sich Wasserstoffperoxid in der Anwendung aus zweierlei Gründen: Erstens besitzt H_2O_2 eine bleichende Wirkung. Zweitens ist in Wasserstoffperoxid viel Sauerstoff enthalten - genau wie bei Fleckenfernern, [Waschmittel](#) und Waschmittelzusätzen, die mit Oxi - also Sauerstoff - angereichert sind. Welche Flecken ihr besonders gut mit Wasserstoffperoxid behandeln könnt, sind in jedem Fall

- Deoflecken,
- Rotweinflecken,
- Blutflecken und
- Grasflecken.

Also alle besonders hartnäckigen Flecken. Dabei gilt: Je weniger intensiv und hartnäckig der Fleck ist, desto weniger Wasserstoffperoxid benötigt ihr bzw. desto niedriger kann die Konzentration der üblicherweise 3-prozentigen H_2O_2 -Lösung gewählt werden. Verdünnen könnt ihr das Wasserstoffperoxid - beispielsweise im Verhältnis 1:1 - mit Wasser oder Spülmittel.

Etwas Vorsicht ist allerdings auch geboten - nämlich bei empfindlichen und bunten Stoffen. Letzteres vor allem aufgrund der bleichenden Wirkung des Wasserstoffperoxids. Deshalb ist es ratsam, das Wasserstoffperoxid zunächst an einer versteckten Stelle eures edlen Stöffchens auf etwaige Verfärbungen, etc. zu testen.

Wasserstoffperoxid - Anwendung für Gesundheit und Pflege

Bei der Anwendung von Wasserstoffperoxid für Gesundheit und Pflege - nur noch einmal der Sicherheit halber - sollte die Konzentration von 3% auf gar keinen Fall überschritten werden. Zumal es bei falscher Anwendung auch zu Reizungen der Haut und / oder Schleimhaut kommen kann. Bei Augenkontakt solltet ihr die Augen unbedingt einige Minuten unter fließendem Wasser spülen und im Nachgang einen Augenarzt kontaktieren. Nachdem ihr ja alle erwachsen und selbstbestimmt seid, macht sich Finni Fit diesbezüglich jedoch nicht wirklich Sorgen. Jetzt ist außerdem genug des Vorgeplänkels. Hier sind die Einsatzmöglichkeiten:

1. Desinfektion kleiner Wunden und Infektionen
2. Linderung von Insektenstichen inkl. Reduktion von Juckreiz und Schwellungen
3. Bekämpfung von Pickeln, Unreinheiten und Ekzemen
4. Aufhellung von Haaren und Altersflecken
5. Heilung von Lippenherpes
6. Bekämpfung von Nagelpilz und Reduktion von Verfärbungen auf Nägeln

Für alle oben genannten Anwendungen ist nicht mehr zu tun, als das Wasserstoffperoxid - auch mehrfach am Tag - auf die betroffene Stelle aufzutragen, bis euer Wehwehchen verschwunden ist bzw. ihr die gewünschte Aufhellung erreicht habt. Möglich ist dies - je nach Anwendung - beispielsweise direkt mit einer kleinen Sprühflasche, aber auch mit einem Wattepad oder Wattestäbchen.

Nasenbluten könnt ihr außerdem stoppen, indem ihr einen mit Wasserstoffperoxid getränkten Wattebausch in die Nase einführt. Ebenso eignet sich H_2O_2 gut dazu, damit eine Mundspülung herzustellen - für weißere Zähne und weniger Mundgeruch. Wie's funktioniert und welche weiteren Möglichkeiten es gibt, Mundspülung ohne Fluorid herzustellen, hat Finni Fit bereits in diesem [Beitrag](#) für euch zusammengefasst.

Apropos Mundhygiene... Statt die Zahnbürste vor dem Zähneputzen mit Wasser zu befeuchten, nutzt Finni Fit dafür auch Wasserstoffperoxid, das sie mit einer kleinen Sprühflasche einfach auf die Zahnbürste aufgesprüht - für die Hygiene am Morgen wenn's besonders schnell gehen soll.