

Sedací- souprava obložená
 pájemnými relaxačními polštáčky. Kdo by si mezi nimi rád nezalenožil? I když
 dnes většinu polštáček v obětně povlak lze pohodlně vyprat v pračce, mnoho
 lidí to nedělá tak často, jak by se mělo. Polštáčky společně s povlaky
 vyperete alespoň jednou za týden měšce na nejvyšší teplotu, kterou váš materiál
 dovolí.

5. Mobily, tablety, digitální ovladač

Bezkonkurenčně nejpopulárnější
 je drobná elektronika. Vzpomenete si, kolikrát jste během posledních měsíců
 vyistili displeje mobilů, tabletů nebo hardwarových digitálních ovladačů?
 Dávod, protože to dlat astěji, je nasnadě. Telefonu se dotkáme neustále, doma,
 venku, na toaletě, pámi vašen- a k tomu všemu k nim během hovoru
 přikládáme obličej! Na displeji tak zůstávají i pípná z našich rukou, make-up,
 plešňovkrém a odumělá kožní buňky. To vše vytváří koktejl, ve kterém se
 skvěle daří růžným nebezpečným mikroorganismům, které mohou velmi nepříjemně
 komplikovat život. Počíte si proto antibakteriální ubrousky, jimiž
 inkriminované plochy přetřete.

6. Špinavé i vyprané prádlo, pračka

Vypranému prádlu za zavřením
 bubnem stačí- opravdu chvilku na to, aby se v mokřině a vlhkém prostředí
 začaly množit organismy, které v pračce mátn nechcete. On totiž buben sám o sobě
 obsahuje různé druhy bakteri- včetně těch fekálních- a často je proti nim
 bezmocný i prací- prostředek. Perte proto oblečen- na nejvyšší teplotu, kterou
 vydrží, a jednou za čas proverte pračku s octem, klidně i na 90 °C

7. Okolní toalety

Pokud po vykonání- potřeby
 pámi splachování- nesklípte- vě-ko toalety, měli byste oklidu věnovat větší
 pozornost, a to hlavně podlaze! Pámi každěm spláchnutím- mohou bakterie
 z másy dolétnout až do vzdálenosti dvou metrů! Bakterie se pak drží- ve
 vzduchu tak dlouho, dokud se neusadí- jako špinavý film na površích-
 v místnosti. Vě-ko proto sklípte pámi ed každěm spláchnutím- m. Dbejte na důsledně
 setřen- podlahy v této místnosti.

Boj
 s bakteriemi se má-že jevit jako neotěšitelný, ale nebojte, aby mohl náš imunitní-
 systém správně fungovat, musí- být neustále stimulován, a to vlastně díky-
 aždomácí- bakterie- m je.

Takže
 uklízet ano, ale s měrou.

Zdroj: internet