

# 5种洗衣方法让你惹上一身病

保持衣服清洁不仅仅是为了有一个美好的外观,更是防病治病的开始。而保持衣服清洁的方法有最原始的水洗和今天的干洗,不管是哪一种洗衣服方法都是为了去除灰尘、油脂、细菌等。但是,错误的洗衣方法不仅没有达到我们最初的目的,还让衣服成为一个细菌体,让我们容易染上疾病。



## 一、衣服留着一起洗

我们每天都会换下脏衣服,可是并不是每天都洗。工作压力大,生活节奏快,可能更多的上班族在晚上回家以后只想休息,所以也就将脏衣服攒起来一起洗。其实,这样会缩短衣服寿命,让细菌有可趁之机。

首先,脏衣服聚在一起,汗渍、油

脂、灰尘、细菌等都会腐蚀衣服,缩短衣服寿命。同时,聚在一起的衣服,因其潮湿,容易导致细菌的大量繁殖。如果清洗之后,不能得到暴晒,无疑是自找疾病。

其次,聚集衣服越多,清洗剂无法充分接触衣服,也就导致了衣服没有彻底清洗干净。

## 三、所有衣服混在一起洗

现代人洗衣服多是利用洗衣机,而且为了节省水和时间,多会将衣服放在一起洗。其实,这才是导致家人之间容易患病的根源。

首先,家人的衣服混在一起洗,导致相互之间容易感染皮肤病。对于儿童而言,其皮肤娇嫩、抵抗力差,更容易受到皮肤病的入侵。

其次,自己的内外衣服也混在一起洗,这样容易使私密处患病。内衣裤、袜子、外

衣等混在一起,会导致自身的细菌感染,尤其是对于女性而言,生殖器与外界相通,内裤干净与否直接关系到女性健康。

如果女性患有妇科疾病,其贴身衣物和家人一同混洗,则容易造成家人之间交叉感染,容易患病。

## 二、浸泡时间过长

衣服泡一泡再清洗,这是妈妈教给我们的生活常识。但是,并非衣服浸泡的时间越久越好。

首先,长时间的浸泡,衣服上的污渍和清洗剂融合在一起,那么再次进入

布料的纤维和衣服缝中,导致衣服更容易脏。

其次,长时间的浸泡导致衣服褪色,缩短衣服寿命。



## 四、洗完衣服不及时晾晒或暴晒不够

将衣物忘在洗衣机中,没有及时晾晒的情况可能常有发生。或者使用烘干机,衣服干了不晒衣服。又或者,干洗的衣服没有进行暴晒等等。其实,这些是给自己找病的行为。

首先,衣服洗净之后,如果不及时暴晒,因为湿度高,导致其中的细菌大量繁殖、发热、生霉。这样的衣服即使充分暴晒,也不宜穿。一般在洗衣机超过一小时,则需要再次清洗。因为,洗衣机本身就是一个污染源。

其次,烘干机是利用干热空气,使衣服上的水分挥发,从而使衣服快速干燥。但是耐高温的细菌往往不能杀死,

只能通过阳光中的紫外线暴晒,才能使细菌死亡。

再有,干洗过后的衣服没有晾晒。干洗的原理是利用有机化学溶剂对衣服进行洗涤,在洗涤过程中没有水的参与。并且,在清洗时具有消毒、灭菌的步骤。但是,衣服在干洗时多会使用一种高氯化物,这种化合物容易被衣服的纤维所吸收,处于干燥或高温环境下则会释放。其对人类的神经系统具有伤害,并且长期接触还会致癌。儿童对于这类化合物尤为敏感。所以,干洗的衣服也需要晾晒通风,减少干洗剂对人体的伤害。

## 五、放过多的清洗剂

使用洗衣液、洗衣粉、肥皂等洗衣服是为了清洗更彻底,而非是我们想象中的放得越多越干净。

首先,过多的清洗剂导致衣服不容易被漂净,大量的清洗剂被残留在衣服上,容易导致衣服变硬。

其次,清洗剂也具有腐蚀性,对患有皮肤病和过敏体质的人群而言其容易加重过敏现象。

清洗剂中一般含有烷基苯磺酸钠、硫酸钠、三聚磷酸钠、甲苯磺酸钠等物质组成,这些物质容易呈现碱性,导致皮肤干燥、皴裂等。而一些加酶的清洗剂更容易分解皮肤表面的蛋白质,加重皮肤病和过敏现象,使儿童容易患湿疹、皮炎等。所以,洗衣服虽然是日常生活小事,但是更容易导致皮肤患病。

## 结语:

衣服我们天天洗,但是洗对的人却很少。在文中我们提到的5种洗衣服的方法,虽然非常令人诧异,但是却普遍地存在于我们生活中。我们每天都想着如何避免疾病的发生,如何吃得更健康,其实更应当注意避免错误的生活方式让疾病找上门来。