

# Waschlappen-Ministerprinz Kretschmann hat doch Recht!

Beitrag von „Wolfgang Autenrieth“ vom 17. März 2024 09:53

"Reicht einmal die Woche Duschen? Das ist im Rahmen von Non-Bathing gerade angesagt.(...) **12-14 Liter Wasser** sprudeln im Schnitt aus einem Standard-Duschkopf hinaus und den Abfluss hinab – **pro Minute!** Dabei ist Wasser eine knapper werdende Ressource und das Erwärmen von Wasser energieintensiv. Und zum Energiesparen sind wir alle gerade aufgerufen, mehr denn je zuvor. (...)

Die richtige Pflege hängt vom Hauttyp ab und zu bestimmten Zeiten benötigt man mehr Hygiene als zu anderen. Gar nicht reinigen ist also keine gute Idee. Was man aber machen kann: Bestimmte Körperregionen mit einem **Waschlappen**, Wasser und pH-neutraler Seife reinigen. Und zwar am besten so, dass man dabei weniger Wasser verbraucht als in der Dusche. Dr. Derendorf empfiehlt: „Alle Zonen, die talgdrüsen- und schweißdrüsenreich sind, sollte man am besten täglich waschen“. Dazu zählen die Achseln, der Intimbereich, die Hände und, je nach Bedarf, die Füße."

[https://utopia.de/ratgeber/selbs...tologin\\_363526/](https://utopia.de/ratgeber/selbs...tologin_363526/)

