

[Projekte](#)
[Menschen](#)
[Heilung](#)
[Herzlichter](#)
[Impulse](#)
[Kolumne](#)
[Lichtübung](#)
[Zeitqualität](#)
[Blitzlichter](#)
[Home](#) › [Heilung](#) › Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie

## Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie

Bettina Sahling, 11. Oktober 2016 — Keine Kommentare ↓

Die Big Five der einfachen Hausmittel kannten schon unsere Großeltern: Natron, Soda, Essig, Zitronensäure und Kernseife. Lange gerieten sie in Vergessenheit aber jetzt werden sie wiederentdeckt, denn mit ihnen lassen sich fast alle industriell hergestellten Drogerieprodukte ersetzen und viele Herausforderungen des Alltags lösen. In dem Buch „Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie“ werden 300 Anwendungen und 33 Rezepte übersichtlich vorgestellt. Selber machen leicht gemacht spart auch noch Geld und Verpackungsmüll!



### 1. Natron

Das wohl vielseitigste und wirkungsvollste Hausmittel ist Natron. Bekannt ist Natron unter anderem als Zutat im Backpulver. Daneben gibt es aber noch viele andere Anwendungen für dieses Salz. Es eignet sich ideal zum Putzen, Waschen, für die persönliche Körperhygiene und die Gesundheit. Lieblingsanwendungen sind ein selbstgemachtes Roll-on-Deo ohne Aluminium und dieses Rezept für hausgemachtes Waschpulver. Über 40 weitere Anwendungen

für Natron findest du hier. Natron ist in vielen Supermärkten und Drogerien unter der Marke Kaiser Natron erhältlich.

## 2. Soda

Soda ist ebenso wie Natron ein Natrium-Salz, genauer gesagt Natriumcarbonat. Besser bekannt ist es unter den Namen Waschsoda, Kristallsoda oder Reine Soda. Soda wirkt alkalischer als Natron und sollte deswegen nicht innerlich und nur sparsam in Körperpflegeprodukten eingesetzt werden. Umso vielseitiger lässt es sich im Haushalt einsetzen, denn mit Soda kannst du hartnäckige Verschmutzungen entfernen, ein sehr effektives Waschmittel herstellen und verstopfte Abflüsse und Rohre reinigen.



## 3. Essig

Haushaltsessig ist ein altbekanntes Mittel, was schon unsere Großmütter für viele Probleme eingesetzt haben. Am häufigsten finden wir im Handel weißen Tafelessig und dieser genügt auch vollkommen, um Weichspüler zu ersetzen, Haushaltsgeräte zu entkalken und einen einfachen Allzweckreiniger herzustellen. Wie Essig zahlreiche weitere Drogerie-Produkte ersetzen kann, erfährst du in diesem Beitrag. Biologisch hergestellter Apfelessig ist darüber hinaus ein wahres Wundermittel für die Gesundheit, insbesondere für die Haut. Das Naturprodukt Essig musst du noch nicht einmal im Laden kaufen, denn Fruchtessig kannst du aus Resten wie Schalen, Kernen und Kerngehäusen auch leicht selbst **herstellen**.

## 4. Zitronensäure

Natürliche Citronensäure ist in der Natur weit verbreitet und wird auch in unserem eigenen Stoffwechsel umgesetzt. Ihren Namen erhielt sie, weil sie vor über 200 Jahren zuerst aus Zitronensaft isoliert wurde. Heute wird diese organische Säure in riesigen Mengen industriell hergestellt und ist aus

der Lebensmittel- und Kosmetikindustrie nicht mehr wegzudenken. Aber auch im Haushalt kannst du Zitronensäurepulver und Zitrusfrüchte vielseitig einsetzen. Sie eignet sich z.B. hervorragend zum Entkalken und Reinigen. Der Saft von Zitronen enthält bis zu acht Prozent Zitronensäure und auch in den Schalen von Orangen und Zitronen ist noch genug Säure enthalten, um einen einfachen Zitrusreiniger daraus zu machen.

## 5. Kernseife

Anders als Naturseifen ist Kernseife nicht überfettet und kann deshalb sehr leicht in vielen Haushaltsprodukten als schonender Reiniger eingesetzt werden, ohne dass man einen Fettfilm riskiert. Geriebene Kernseife nutzen wir zum Beispiel in unserem selbstgemachten Flüssigwaschmittel und in diesem Rezept zur Herstellung von Duschgel. Worauf du bei der Auswahl der richtigen Kernseife achten solltest und andere clevere Anwendungen kannst du [hier nachlesen](#). ↗



Hintergrund [smarticular.net](#) ↗

Das Ideenportal für ein einfaches und nachhaltiges Leben über seine Ziele: „Wir glauben, dass Zeit wertvoll ist, und dass du möglichst viel davon für dich, deine Familie und deine Freunde haben solltest. Wir glauben an den schonenden Umgang mit Ressourcen und an Nachhaltigkeit, an Wiederverwendung statt Wegwerfen. Und wir finden, dass das Leben Spaß machen soll – jeden Tag ein bisschen mehr! Herausforderungen, große und kleine, begegnen uns täglich. Oft gibt es besonders smarte Ideen, um Probleme auf außergewöhnliche und effiziente Weise zu lösen. Kleine Schritte führen dabei ebenso zum Ziel wie große und sind viel einfacher umzusetzen. Unsere Tipps und Tricks machen das

Leben einfacher und nachhaltiger, wir nennen das smarticular! Je nach persönlichen Lebensumständen setzen wir alle unterschiedliche Prioritäten: Das Sparen von Zeit oder Geld, besondere Effizienz, Nachhaltigkeit und Ökologie.

teilen 60

twittern

teilen 0

pinnen 1

teilen 3

mitteilen 0

flattr 0

e-mail



[Heilung](#) [news](#) [Wissen](#)

Dir könnten auch folgende Artikel gefallen:



[‹ Herzlichen Glückwunsch Thich Nhat Hanh](#)

[Lichtung ›](#)

## Schreibe einen Kommentar

Deine E-Mail-Adresse wird nicht veröffentlicht. Erforderliche Felder sind markiert \*

### Kommentar

Name\*