



ЧИСТОДАР

# ИСКУССТВО ВЕДЕНИЯ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА

ЛАЙФХАКИ И СОВЕТЫ БЫВАЛЫХ

**Чисто Дар**  
**Искусство ведения**  
**домашнего хозяйства.**  
**Лайфхаки и советы бывалых**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42673442](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42673442)*

*ISBN 9785449689542*

**Аннотация**

Книга будет полезна широкому кругу читателей, которые постигают азы ведения домашнего хозяйства. Здесь собраны проверенные практикой современные советы и лайфхаки по домоводству. Материал изложен в форме простых пошаговых инструкций.

# Содержание

От автора	5
Уход за домом	7
Варианты смягчения жесткой воды	7
из водопровода, скважины или колодца	
Как определить жесткость воды	8
Методы смягчить воду	9
Источники пыли в квартире и борьба с ними	14
Опасность пыли	15
Простые методы борьбы с пылью в доме	16
или квартире	
Конец ознакомительного фрагмента.	18

**Искусство ведения  
домашнего хозяйства  
Лайфхаки  
и советы бывалых**

**ЧистоДар**

*Редактор* Елена Игоревна Весновская

© ЧистоДар, 2019

ISBN 978-5-4496-8954-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# От автора

Как и во многих других сферах, опыт является ключевым фактором успешного ведения домашнего хозяйства. Однако необязательно постигать всё методом проб и ошибок, намного проще ознакомиться с эффективными практиками бывалых домоводоов.

Понимая это, группа энтузиастов создала сайт ЧистоДар – ресурс о ведении домашнего хозяйства и чистоте, где начала делиться своими наработками. Со временем информации накопилось на полноценную книгу, которую мы решили представить миру.

Цель этой книги – дать читателю проверенные инструкции и советы по домоводству, которые помогут в решении часто возникающих бытовых проблем, при этом снабдить практическую часть доступной для понимания теорией.

Книгу можно читать с первой и до последней страницы, последовательно изучая все рекомендации, или же по отдельным главам, разбираясь с наиболее актуальными для читателя инструкциями на данный момент.

Вопросы авторам задавайте на сайте [chistodar.com](http://chistodar.com), там же опубликованы другие советы и лайфхаки, которые не попали в книгу.

Удачи и терпения в постижении мастерства домоводства!

*С уважением, авторский коллектив сайта ЧистоДар.*

# Уход за домом

## Варианты смягчения жесткой воды из водопровода, скважины или колодца

Слишком жесткая вода ведет к появлению накипи и быстрому выходу из строя стиральных машин. Но излишняя жесткость вредит не только бытовой технике, но и здоровью: делает волосы тонкими и ломкими, ускоряет старение кожи, способствует развитию заболеваний почек и мочеполовой системы, создает дополнительную нагрузку на сосуды.

Жесткость воды – это параметр, характеризующий концентрацию солей кальция и магния в составе. Измеряется в единицах моль/м<sup>3</sup> (моль на кубический метр) или градусах жесткости (принято в России) – мг-экв/л (миллиграммы эквивалента на литр). Чем выше этот показатель, тем хуже.

Согласно исследованиям Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) нормальная жесткость воды составляет 1—2°Ж (мг-экв/л). В России допустимой нормой считается показатель до 7°Ж.

По величине жесткости вода делится на:

– мягкую (0—2°Ж) – в природе встречается в болотистой

местности с торфяниками, также в эту группу попадает незагрязненный другими веществами растаявший снег. Интересно, что смыть мыло мягкой водой очень сложно.

- среднюю (2,1—7°Ж) – распространена наиболее часто;
- жесткую (7—10°Ж) – вредна и опасна для здоровья;
- сверхжесткую (больше 10°Ж) – в природных условиях встречается в озерах карстовых пещер, пить такую воду невозможно.

В зависимости от содержащихся веществ жесткость воды бывает:

- постоянной – вызвана наличием в воде хлоридов, фосфатов, силикатов, сульфатов и нитратов магния, кальция, которые не распадаются при кипячении, в основном эти вещества удаляются только фильтрами;
- временной – встречается в большинстве случаев, обусловлена гидрокарбонатами магния и кальция, которые при нагреве распадаются, образуя отложения накипи на трубах и нагревательных устройствах, что приводит к повышенным затратам электроэнергии и поломке.

## **Как определить жесткость воды**

Самый простой вариант – посмотреть на специальную карту жесткости воды своего региона. Также можно использовать кондуктометр (TDS-метр) – специальное устройство, измеряющее электропроводимость воды, в народе называет-

ся «солемер». Чем выше показатель на экране, тем жестче вода, поскольку содержит много солей.

Конвертировать единицы жесткости воды одной системы измерения в другую можно с помощью [калькулятора жёсткости воды](#).

Признаки повышенной жесткости воды:

- мыло и стиральный порошок дают очень мало пены;
- стойкая накипь в чайнике после нескольких кипячений;
- после мытья посуды появляются разводы;
- вода имеет слегка горьковатый привкус (чувствуют не все люди);
- после отстаивания на стенках емкостей с водой появляется белый налет.

## Методы смягчить воду

1. Кипячение. Самый простой доступный способ избавиться от временной жесткости без использования химических веществ и сложных устройств. При высокой температуре гидрокарбонаты и сульфат кальция распадаются, выпадая осадком на дне посуды и нагревательных элементах. Смягченная вода подходит для любых целей: питья, стирки, мытья и пр. Доведите воду до кипения, оставьте на 2—3 минуты, затем охладите до нужной температуры.

Недостатки:

- частично снижается только временная жесткость воды;

- ограниченность – обеспечить все бытовые нужды кипяченой водой очень сложно;
- спустя некоторое время из-за слоя накипи нагревательные системы и емкости приходится менять или чистить;
- при кипячении из воды улетучиваются полезные вещества;
- нагревание требует значительных затрат энергии.

2. Отстаивание. Отстаивание на протяжении 1—2 суток в защищённом от прямых солнечных лучей месте смягчает воду из колодцев и скважин, предназначенную для полива цветов и комнатных растений. Может использоваться для очистки питьевой воды, но только если начальная жесткость лишь слегка выше нормы.

3. Вымораживание. Эффективный метод, не изменяющий структуру воды, вследствие чего все полезные вещества остаются в составе. Поставьте воду в морозилку, когда на стенках емкости появится лед, слейте жидкость по центру. Растопленный лед используйте как питьевую воду или для полива вазонов.

Недостаток: подготовить этим методом большие объемы воды сложно.

4. Пищевая и кальцинированная сода. Благодаря химическим свойствам сода смягчает воду и снижает кислотность. Добавьте 2 чайные ложки пищевой или 1 чайную ложку кальцинированной соды на 10 литров воды, хорошо перемешайте и дождитесь появления осадка на дне. Во время

приготовления еды всыпьте 1 чайную ложку пищевой соды на 3 литра воды, чтобы крупы и овощи лучше разваривались.

### Недостатки:

- смягченная содой вода не может использоваться как питьевая (кроме отваривания);
- сложность в постоянной обработке большого объёма воды.

5. Уксус и лимонная кислота. Частично снижают жесткость, но значительно повышают кислотность, вследствие чего эти средства не рекомендуются для питьевой воды. Зачастую их используют в косметических целях. Чтобы смягчить воду для мытья волос, добавьте 1 столовую ложку уксуса (1 чайную ложку лимонной кислоты или сок одного лимона) на 2 литра воды, перемешайте. Перед использованием дайте настояться 4—5 минут.

6. Каменная (поваренная) соль. Она же хлористый натрий, который растворяет содержащиеся в воде соли кальция и магния, препятствуя появлению накипи на нагревательных устройствах. Из-за изменений химического состава и вкуса этот метод не рекомендуется для питья.

В основном соль смягчает воду, предназначенную для посудомоечных машин. Для удобства использования производители поставляют соль в виде гранул и таблеток, но в большинстве случаев по составу предлагаемое вещество ничем не отличается от поваренной соли.

7. Химические средства. Применяются согласно инструк-

ции. Продаются в магазинах бытовой химии. Недостаток: смягчают воду только для стирки.

8. Фильтры. Универсальные системы, предназначенные для быстрого смягчения большого количества жесткой воды и удаления вредных примесей. Могут действовать автономно или подключаться к водопроводу. Отличаются конструкцией и принципом действия.

Виды систем понижения жесткости воды:

– Фильтр-кувшин – рассчитан на объем 1—3 литра, подходит для очистки питьевой воды, приготовления чая или кофе. Действует с помощью специального картриджа. В зависимости от интенсивности использования и начальной жесткости воды служит до 2-х месяцев, потом требует замены фильтрующего картриджа.

– Ионообменные системы – фильтруют и смягчают воду любой жесткости с помощью специальных ионообменных смол и солевого раствора (вещества находятся в разных резервуарах). Эти фильтры отличаются высокой производительностью и относительной простотой обслуживания. Недостатки: не подходят для питьевой воды, требуют периодической замены реагентов и подключения к канализации.

– Магнитные и электромагнитные смягчители – устанавливаются на магистралях или на трубах водопроводов в виде накладок. Под воздействием магнитного или электромагнитного поля соли жесткости теряют способность откладываться в виде накипи и стекают в специальные отстойники.

Недостаток: не подходят для очистки питьевой воды.

– Мембранные фильтры (системы обратного осмоса) – пропускают воду под давлением через специальную мембрану, которая улавливает молекулы всех веществ кроме воды. Использовать в пищевых целях воду после мембранного фильтра не рекомендуется, поскольку в ней отсутствуют нужные организму вещества. Для решения этой проблемы системы обратного осмоса оснащают дополнительным модулем – минерализатором, который насыщают воду нужными минералами и солями после очистки. Недостатки: высокая стоимость и небольшая производительность.

# **Источники пыли в квартире и борьба с ними**

Бытовая пыль – это взвесь твердых частиц размером 0,01—10 микрон, которые попадают в помещения через окна, приносятся на обуви, продуцируются людьми и питомцами. Эти мельчайшие частицы, скапливающиеся на коврах, полу, мебели, домашнем текстиле и декоре, – постоянные спутники жителей как мегаполисов, так и деревень.

Состав пыли разнообразен и индивидуален для каждого дома. Часто воздух в жилище более загрязнен, чем снаружи. Плесень, клещи, отслоившийся эпидермис, яйца насекомых и их экскременты – только начало списка ингредиентов постоянно появляющегося серого налета. Чтобы свести появление пыли к минимуму, необходимо регулярно наводить порядок и создать соответствующие условия для поддержания здоровой атмосферы в жилище.

При детальном рассмотрении скоплений микроскопического мусора обычно обнаруживают:

- минеральные частицы (около 40%) – крупинки песка и почвы, сажу, пепел;
- следы жизнедеятельности людей (30—50%) – чешуйки кожи, волосы;
- натуральные волокна (12%) – бумажные, шерстяные, хлопковые, шелковые;

- растительные компоненты (7%) – цветочную пыльцу, обломки листьев;
- микроскопические частицы животного происхождения – яйца гельминтов и насекомых, споры грибов и плесени, пылевые клещи, фекалии беспозвоночных и животных;
- шерсть, перья домашних питомцев;
- примеси из синтетических материалов – поролона, пластика, строительных материалов, лакокрасочных покрытий, чистящих средств.

Внешние источники пыли – промышленные выбросы, действующие вулканы, пыльца растений, поднимаемая ветром или автомобильными шинами почва и песок. Мельчайший ворс, парящий в воздухе жилища, образуется в процессе истирания одежды, обивки мебели, ковров, наполнителей матрасов, подушек, одеял. Ежедневно производится около  $6 \text{ мг/м}^3$  бытовой пыли. Проживание на оживленной улице также способствует загрязнению дома.

## **Опасность пыли**

Пыль не наносит вреда здоровью при условии, что у человека нет склонности к аллергии. Но если учесть, что около 35% людей имеют генетическую предрасположенность к аллергии на компоненты домашней пыли, то риск для здоровья весьма велик. Экскременты живущих в ней клещей – сильный аллерген, вызывающий различные реакции:

кашель, крапивницу, ринит, дерматит, сонливость или головные боли. В крайних случаях может возникнуть хроническое воспаление, которое часто становится причиной бронхиальной астмы.

Пылевые клещи – паукообразные длиной 0,1 – 0,5 мм, которые питаются белками слущенного эпителия. Насекомые живут в постельных принадлежностях, мебели и коврах. Они хорошо чувствуют себя во влажной среде с минимальной температурой 25° С. Однако в условиях ниже 0° С или выше 60° С погибают.

Особую опасность представляют самые мелкие органические частицы бытовой пыли (меньше 1/10 микрометра), которые при вдыхании попадают в альвеолы и способны проникать в кровь. Они распознаются иммунной системой как инородное тело, вызывая аллергическую реакцию. Если в составе пыли присутствуют токсические соединения или тяжелые металлы (из-за проживания в промзоне), то высока опасность хронического отравления.

## **Простые методы борьбы с пылью в доме или квартире**

К сожалению, нет способа избавиться от пыли раз и навсегда. Но регулярная уборка сведет до минимума возможность появления и накопления микроскопического мусора. Для упрощения уборки уберите пылесборники – предме-

ты и текстиль, которые накапливают грязь в труднодоступных местах или в волокнах.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.