

Sanering Checklist

Hieronder staan per categorie maatregelen die genomen dienen te worden om huisstofmijt en hooikoorts klachten sterk te verminderen. Ze staan op volgorde ingedeeld naar belangrijkheid.

1. Matrassen

Gebruik een [huisstofmijt- en allergeendichte matrashoes](#) om je matras en behandel de matrashoes elke 3 maanden met [Allergeen Spray PLUS](#) of koop een [matras](#) dat volledig huisstofmijt en allergeenstof dicht is van zichzelf. Was je eigen beddengoed wekelijks met [Sanamedi Protect Wasmiddel](#).

2. Dekbedden/ Hoofdkussens

Gebruik een huisstofmijt- en allergeendichte [dekbed-/kussenhoes](#) om je dekbed-/kussen en vermijd altijd dierlijke vullingen zoals wol of dons. Optie twee is om een [dekbed/hoofdkussen](#) te kopen dat volledig huisstofmijt en allergeendicht is van zichzelf. Deze hoeven maar 1 keer per jaar gewassen te worden en hier hoeft geen hoes meer omheen.

3. Gestoffeerde meubelen/ vloerbedekking & kleden

Behandel jaarlijks gestoffeerde meubelen zoals boxsprings, bankstellen of gordijnen met de [Neemboom Spray](#) en elke drie maanden met de [Allergeen Spray PLUS](#). Stofzuig regelmatig met een stofzuiger die een *HEPA-14* filter heeft.

4. Vloeren

- a) Behandel tapijtvloeren jaarlijks met [Neemboom Spray](#) en elke drie maanden met [Allergeen Spray PLUS](#).
- b) Gladde vloeren stofzuigen met een stofzuiger die een *HEPA-14* filter bevat en dweilen met de [Sanamedi Protect Vloerreiniger](#).

5. Pollen

Gebruik een [Poll-Tex Pollenhor](#) om zo veel mogelijk pollen buiten te houden.

6. Luchtreiniger

Overweeg bij ernstige allergische reacties het gebruik van een [luchtreiniger](#) om de kleinst mogelijke deeltjes zoals schimmelsporen, bacteriën, pollen en allergenen weg te filteren of te vernietigen.

7. Wassen

Gebruik [Sanamedi Protect Wasmiddel](#) om allergenen uit je kleding en beddengoed te verwijderen. Dit probiotische wasmiddel zorgt ervoor dat de was op een lage temperatuur wordt gereinigd en blijft ook vanwege de probiotica na het wassen vier tot vijf dagen doorwerken.