

# Žluté fleky na polštářích nejsou od potu. Je to mnohem horší, okamžitě to je třeba řešit

[aazdravi.cz/zlute-fleky-na-polstarich-nejsou-od-potu-je-to-mnohem-horsi-okamzite-to-je-treba-resit](https://aazdravi.cz/zlute-fleky-na-polstarich-nejsou-od-potu-je-to-mnohem-horsi-okamzite-to-je-treba-resit)

Všechny příspěvky autora Kristýna Lorencová

4. 6. 2023



Žloutnutí skvrn na našich oblíbených polštářích může představovat víc než jen kosmetickou záležitost. Pokud tyto skvrny získávají zářivě žlutou barvu, mohou být varováním před potenciálně závažným problémem. Je důležité identifikovat příčinu žloutnutí a přijmout vhodná opatření, abychom zabránili možným zdravotním rizikům.

## Správná péče o polštáře

Prvním krokem při zjišťování příčiny žloutnutí skvrn je pečlivé vyčištění polštářů. Je nutné zkontrolovat etiketu na polštáři a dodržovat pokyny výrobce pro praní a čištění. Použití vhodných čisticích prostředků a postupů může pomoci odstranit nečistoty a povrchovou špínu, která může způsobovat žloutnutí.

Správná údržba polštářů je klíčová. Pravidelné praní nebo větrání polštářů může zabránit hromadění nečistot a snížit riziko žloutnutí. Důležité je také používat kvalitní polštářové povlaky, které chrání polštáře před pronikáním nečistot a potu.

## **Jak se vyhnout žlutým skvrnám na polštářích**

---

Žluté skvrny na polštářích jsou pro některé lidi záhadou. Přestože se mohou zdát neškodné, ve skutečnosti naznačují, že na polštáři se hromadí vlhkost a nečistoty. To může mít negativní dopad na kvalitu spánku a zdraví.

### **Pot**

---

Pot je běžným zdrojem žlutých skvrn na polštářích. I když nadměrné pocení v noci může být příznakem vážnějšího zdravotního stavu, určité množství pocení během spánku je normální a slouží k regulaci tělesné teploty. Pot může však také proniknout skrz povlak polštáře, a tak dojde ke vzniku žlutých skvrn.



*Foto: Shutterstock*

### **Mokrý vlasy**

---

Pro lidi s dlouhými vlasy, kteří se sprchují večer, je občas chůze do postele s mokkými vlasy nevyhnutelná. Ale vlhké vlasy působí podobně jako pot, pokud jde o žloutnutí polštáře.

## **Roztoči**

---

Co se týče roztočů, ti mohou přispět k problému žloutnutí polštářů. Polštáře jsou často plné prachových roztočů a ti se živí odumřelou kůží, která se na polštáři hromadí. Přítomnost těchto roztočů může vést k akumulaci alergenů, které mohou způsobit alergické reakce. Při časté výměně a praní povlaků polštářů a pravidelném praní samotných polštářů lze tento problém zmírnit.

*Foto: Shutterstock*