

Jak prac i pielęgnować scrubsy, żeby służyły jak najdłużej?

data aktualizacji: 2026.08.04 autor: ARTYKUŁ SPONSOROWANY



(fot.pexels)

Scrubsy, jako odzież medyczna, codziennie stykają się z trudnymi warunkami pracy. Intensywne użytkowanie i częste pranie w wysokich temperaturach obciążają włókna tkanin, prowadząc do blaknięcia, mechacenia i utraty elastyczności. Aby wydłużyć żywotność odzieży, należy zrozumieć specyfikę materiałów (poliester, wiskoza, elastan) i stosować precyzyjne metody pielęgnacji. Dbałość o scrubsy zachowuje ich profesjonalny wygląd, komfort noszenia i funkcjonalność na dłużej.

Pranie scrubsów - kluczowe zasady temperatury detergentów i przygotowania

Przed każdym praniem segreguj scrubsy według kolorów, aby zapobiec farbowaniu. Odzież medyczną pierz oddzielnie od ubrań codziennych, co minimalizuje przenoszenie zanieczyszczeń i patogenów. Pierz scrubsy na lewej stronie, zapinając wszystkie zamki i guziki. To chroni tkaninę przed uszkodzeniami mechanicznymi i zapobiega zaczepianiu się elementów odzieży o inne ubrania

w bębnie pralki. Delikatne scrubsy, zwłaszcza te z wysoką zawartością wiskozy lub elastanu, umieszczaj w specjalnych woreczkach do prania bielizny. Woreczki minimalizują rozciągnięcie, zmechanienie lub uszkodzenie delikatnych włókien podczas intensywnego cyklu prania.

Większość **nowoczesnych scrubsów z elastanem pierz w 40°C**, ponieważ wyższe temperatury trwale uszkadzają elastyczne włókna. Producenci często wskazują **temperatury od 40 do 60 stopni Celsjusza**, ale zawsze sprawdzaj metkę. Dla odzieży z domieszką elastanu lub spandexu, jak te oferowane przez SpaWear w kolekcjach z materiałów Viscon czy Elaston, zaleca się pranie w niższych temperaturach, co zachowuje elastyczność włókien. Jeśli odzież wymaga dezynfekcji i producent na to pozwala, ustaw pranie na 60°C. W placówkach medycznych stosuje się niekiedy **temperatury 65°C, a nawet 95°C**, ale te ekstremalne warunki znacząco skracają żywotność tkanin. Minimalna **temperatura prania to 30°C**, odpowiednia dla lekko zabrudzonych scrubsów lub tych, które wymagają jedynie odświeżenia. Pierwsze pranie nowych scrubsów przeprowadź w **zimnej wodzie z dodatkiem ½ szklanki octu**, co utrwala kolor i zapobiega jego blaknięciu.

Do prania scrubsów używaj delikatnych detergentów, najlepiej w płynie. Płynne środki łatwiej wypłukują się z włókien i nie pozostawiają osadów, które podrażniają skórę lub uszkadzają strukturę materiału. Zrezygnuj z płynów do płukania, które oblepiają włókna i niszczą ich elastyczność. Płyny te zmniejszają również oddychalność materiału, obniżając komfort noszenia. Dla białych scrubsów stosuj wybielacze tlenowe, bezpieczniejsze dla tkanin niż chlorowe. Wybielacze tlenowe usuwają plamy, nie osłabiając struktury włókien.

Suszenie i prasowanie - jak zachować fason i materiał

Po praniu susz odzież na powietrzu, unikając bezpośredniego słońca. Promienie UV powodują blaknięcie kolorów i osłabiają strukturę włókien, skracając żywotność scrubsów. Unikaj suszenia w suszarce bębnowej, zwłaszcza scrubsów z elastanem lub spandexem. Wysoka temperatura w suszarce trwale uszkadza elastyczne włókna, rozciągając je lub kurcząc odzież. Jeśli suszarka bębnowa jest konieczna, wybierz program z niską temperaturą i krótkim cyklem. To minimalizuje uszkodzenia termiczne i pomaga zachować pierwotny kształt odzieży.

Prasuj scrubsy na lewej stronie, co chroni zewnętrzną warstwę tkaniny przed wyświeceniem i uszkodzeniem nadruków. Materiały syntetyczne, takie jak poliestr (często w mieszankach Viscon, Flex, Temisto), prasuj niską lub średnią temperaturą żelazka. Ustawienie żelazka na program dla syntetyków zapobiega stopieniu włókien i powstawaniu nieestetycznych śladów. Scrubsy bawełniane (np. z materiału Elaston lub 100% bawełny) można prasować w wyższych temperaturach. Para usuwa zagniecenia z bawełny, przywracając odzieży gładki wygląd. Zawsze sprawdzaj metkę producenta, aby dostosować temperaturę prasowania do składu materiału i uniknąć jego uszkodzenia.

Dezynfekcja i usuwanie plam Skuteczne metody dla odzieży medycznej

Dezynfekcja scrubsów jest konieczna po każdym kontakcie z płynami ustrojowymi lub w środowiskach wysokiego ryzyka zakażeń. Minimalizuje przenoszenie patogenów i zapewnia bezpieczeństwo personelowi oraz pacjentom. Oprócz prania w wysokich temperaturach, jeśli materiał na to pozwala, stosuj specjalistyczne środki dezynfekujące do prania. Środki te często działają już w niższych temperaturach, np. na bazie nadtlenku wodoru, co jest łagodniejsze dla tkanin. Częstotliwość dezynfekcji zależy od środowiska pracy: w szpitalach zaleca się ją po każdym użyciu, w gabinetach kosmetycznych może być rzadsza, ale pozostaje ważna.

Szybka reakcja na plamę ułatwia jej usunięcie, ponieważ zaschnięte zabrudzenia są trudniejsze do sprania. Plamy z krwi natychmiast spłucz zimną wodą, następnie zastosuj roztwór wody utlenionej (3%) lub enzymatyczny odplamiacz, który rozkłada białka. Świeże plamy z jodiny usuwaj alkoholem izopropylowym, a następnie pierz odzież zgodnie z zaleceniami producenta. W przypadku plam z leków i innych substancji chemicznych, zastosuj odpowiedni odplamiacz, zawsze testując go najpierw na niewidocznym fragmencie tkaniny. Wybór odpowiednich kompletów medycznych, takich jak [komplet medyczny damski](#), wpływa na komfort i trwałość.

Długoterminowa pielęgnacja: Przechowywanie i kiedy wymienić scrubsy

Czyste i suche scrubsy przechowuj w dobrze wentylowanej szafie, z dala od bezpośredniego światła słonecznego, które powoduje blaknięcie kolorów. Wieszanie scrubsów na wieszakach zachowuje ich fason i minimalizuje zagniecenia, zwłaszcza dla [bluza medyczna damska](#) z delikatnych materiałów. Składanie odzieży jest odpowiednie dla dzianin lub materiałów mniej podatnych na zagniecenia. Unikaj ciasnego upychania ubrań, które prowadzi do trwałych zagnieceń i deformacji tkaniny. Prawidłowe przechowywanie wpływa na estetykę i gotowość odzieży do użycia.

Scrubsy tracą właściwości użytkowe po około 1-2 latach intensywnego użytkowania, w zależności od częstotliwości prania i jakości materiału. Wymień odzież, gdy zauważysz trwałe blaknięcie kolorów, pilling (mechacenie się tkaniny) lub utratę elastyczności. Przetarcia lub nienaprawialne uszkodzenia obniżają profesjonalny wygląd i funkcjonalność scrubsów. Zużyta odzież medyczna traci również właściwości ochronne, co wpływa na higienę i bezpieczeństwo pracy. Nowe [scrubsy medyczne damskie](#) zapewniają komfort, bezpieczeństwo i profesjonalny wizerunek.

Właściwa pielęgnacja scrubsów to inwestycja w komfort, higienę i profesjonalny wizerunek personelu medycznego. Regularne dbanie o odzież minimalizuje ryzyko rozwoju drobnoustrojów, zachowuje elastyczność i kolor materiałów, a także wydłuża ich żywotność. To przekłada się na realne oszczędności i wspiera zrównoważone podejście do zakupów.

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/45649-jak-prac-i-pielegnowac-scrubsy-zeby-sluzily-jak-najdluzej>