



Neki ljudi tuširanje doživljavaju kao neizostavan dnevni ritual u kojem uživaju, dok ga drugi pokušavaju odgoditi do posljednjeg trenutka i pritom s njim što prije završiti, piše [Index.hr](#).

U svakom slučaju, stručnjaci su napokon našli odgovor na pitanje: koliko često se zapravo trebamo tuširati?

Doktor Joshua Zeichner za BuzzFeed je otkrilo da se većina ljudi tušira više nego što je to potrebno, a koliko ćemo se često tuširati i što ćemo smatrati smradom, ovisi prije svega o kulturi u kojoj smo odrasli.

Njegova kolegica, doktorica Ranella Hirsch, s njim se slaže te tvrdi kako bi ljudi trebali postati svjesni svojeg prekomjernog kupanja.

ČESTO TUŠIRANJE ŠTETI NAŠOJ KOŽI

– Različite sociološke norme razlog su tome – kazala je Hirsch koja tvrdi da često tuširanje šteti našoj koži, pogotovo ako se kupamo u vrućoj vodi.

Zeichner i Hirsch složili su se da često tuširanje u vrućoj vodi isušuje i iritira našu kožu, otklanja dobre bakterije koje prirodno postoje na koži i pritom otvaraju malene pukotine na koži zbog kojih smo skloniji raznim infekcijama.

Stručnjaci su napokon našli odgovor na pitanje: koliko često se zapravo trebamo tuširati?

Autor Štefan Brajković

Četvrtak, 15. Siječanj 2015. 12:51 - Ažurirano Četvrtak, 15. Siječanj 2015. 14:22

Iako je svatko slučaj za sebe (sve ovisi o dnevnoj aktivnosti pojedinca i količini znojenja) ljudi bi se u pravilu trebali kupati svaki drugi dan, ili jednom u tri dana.

Ako se žele izbjeći neugodni mirisi i produžiti tjelesna svježina, doktori savjetuju kako je najbolje ključne dijelove tijela, koji su skloniji razvoju bakterija, obrisati mokrom krpom. U njih pripadaju: lice, pazuh, dio tijela ispod grudi, genitalije i stražnjica.