Articles

Comment nettoyer et entretenir les langes lavables ?

Nos astuces pour que le nettoyage et l’entretien des couches lavables reste écologique et pratique. Mode d’emploi.

Comment laver les langes lavables ?

Les langes lavables, il faut bien les nettoyer et les entretenir. Et ce n’est pas si terrible. On s’en sort très bien avec une machine tous les 2 ou 3 jours et un peu d’organisation.

Adopter les bons gestes est indispensable pour que les langes lavables restent une solution plus écologique que les jetables.

Sommaire :

1. Déterminer ce qui doit être lavé
2. Stocker les langes sales
3. Laver les langes
4. Sécher les langes

- -

1. Déterminer ce qui doit être lavé

Un lange lavable est composé de différentes parties mais on ne les lave pas toutes à chaque change. Un petit pipi ne va souiller que le feuillet de protection. On peut alors changer le feuillet mais remettre le reste de la couche à bébé si elle est propre et sèche.

> **Lire nos conseils pour trier les parties propres et les parties à laver.**

2. Stocker les langes sales

Entre deux lessives, on évite de laisser les couches tremper dans un seau d'eau. Le mieux est de **stocker le linge au sec** :

- On place les couches **ouvertes** dans un seau, une poubelle ou un bac avec couvercle. Le contenant doit être assez grand pour accueillir toutes les couches. Il peut être hermétique (attention à la macération) bien que certains utilisateurs soient adeptes des panières bien aérées (attention aux mouches).
- Pour plus de facilité, il existe des **filets** à placer dans le contenant. On glisse les langes à l'intérieur puis, hop, on place le filet ouvert dans la machine à lessiver.
- Si les couches sont vraiment sales, on peut les rincer puis mettre à sécher ou les mettre à tremper un petit moment avant de les laver. On peut très bien utiliser de l'eau récupérée, comme l'eau du bain par exemple.

Le seau à couches dégage des **odeurs** ?

- On opte pour une poubelle bien hermétique qui gardera les odeurs emprisonnées.
- Il existe aussi des cartouches de charbon actif pour capturer les odeurs, à placer dans le fond du seau.
- Certains parents utilisent quelques gouttes d'huile essentielle (lavande ou tea tree) versées sur un tissu qu'on glisse dans le seau ou le bac pour désodoriser. Mais leur emploi nécessite toujours une grande prudence, on préfère donc privilégier d'autres solutions.

Et quand on est en balade ou que bébé est chez ses grands-parents, on fait comment ?

> **Voir nos astuces pour s'organiser quand on n'est pas à la maison.**

3. Laver les langes

Tous les 2 à 3 jours, on lessive les couches. On respecte certaines règles toutes simples qui réduisent l'impact écologique des langes, les font résister à près de 1000 lavages et garantissent la bonne santé de bébé :

- **Remplir correctement le lave-linge**. Pour faire une machine complète, on peut mélanger les langes avec d'autres linges (drap, housse de couette, taie d'oreiller, serviette de bain…). Mais on évite les textiles susceptibles d'être portés à la bouche (doudous, serviettes de table…).
- **Ouvrir les langes, le filet et replier les scratchs** si les langes en possèdent (sinon ils risquent d'abîmer le reste des langes en s'y accrochant pendant le lavage).
- **Laver** les langes et les inserts en machine **à 40°C**, souvent précédé d'un rinçage pour enlever le gros des souillures. En cas de maladies ou d'une volonté d'hygiène parfaite : on augmente alors la température de lavage à 60°C (ou bien on lave à 30 ou 40°C mais avec un passage au sèche-linge à 60°C pour éliminer les microbes). C'est suffisant pour assurer une bonne hygiène.[1]
- **Rincer les culottes de protection à l'eau** de temps en temps ou les laver en machine si elles sont sales. On respecte les températures renseignées par le fabricant (souvent de 40°C maximum pour le synthétique). Les culottes en laine nécessitent un bain de lanoline (à acheter en magasin spécialisé) de temps en temps pour garder leur étanchéité.
- Utiliser un **produit lessive doux et écologique**. Certaines lessives sont spécialement conçues pour les langes lavables. Et sans surdoser. Cela préserve la peau fragile des bébés de toute irritation ou allergie. On évite les savons en paillettes, le savon de Marseille ou tout autre savon gras à base de glycérine. Ils déposent un film sur les langes et les rendent moins absorbants, comme le fait certaines crèmes et liniment pour le siège.
- **Délaisser les adoucissants**. Ils réduisent la capacité d'absorption des langes et inserts.
- **Les langes deviennent rugueux ?** On les frotte à sec les uns contre les autres pour les assouplir. On leur fait aussi prendre un bain de cristaux de soude tous les 4 à 6 mois environ. Cela permet de décrasser des langes rugueux ou gras et de les rendre à nouveau doux et souples.

4. Sécher les langes

Le séchage est important. On vérifie que le lange soit parfaitement sec avant de le replacer sur les petites fesses de bébé. Sinon il risque de causer des irritations.

Nos astuces :

- On sèche au maximum **à l'air libre** (à l'extérieur ou sur un séchoir intérieur). Le sèche-linge est très gourmand en énergie. S'en passer réduit de 16% l'impact environnemental des langes.[2] Et cela maximise aussi leur durée de vie. On évite en particulier de mettre les parties imperméables (culottes…) au séchoir.
- On étend les langes au soleil pour blanchir les tissus de façon naturelle.
- On évite de repasser les langes, inserts et culottes de protection.

Quelques gestes simples suffisent ainsi à entretenir les langes lavables. En tout cas si on les a déjà bien choisis dès le départ. Il est aussi important d'adapter sa routine au type de langes qu'on utilise. De précieux conseils sont souvent renseignés par les fabricants ou vendeurs professionnels.

> Lire aussi :

- Comment choisir ses langes lavables ?
- 8 astuces pour bien utiliser les langes lavables

Sources

- « Acquisition de connaissances (via une analyse du cycle de vie) sur les pratiques à promouvoir pour limiter les impacts environnementaux des couches lavables », novembre 2015, ADEME.
- « Nettoyage des couches lavables : Tests bactériologiques », juillet 2015, étude réalisée par les Laboratoires des Pyrénées et des Landes
- « An updated lifecycle assessment study for disposable and reusable nappies », Environment Agency, UK, 2008.

- -

[1] Cela réduit également l'impact sur l'environnement de 20 à 50 % par rapport à un lavage à 60°C. (source : « Acquisition de connaissances (via une analyse du cycle de vie) sur les pratiques à promouvoir pour limiter les impacts environnementaux des couches lavables », novembre 2015, ADEME.)

[2] Source : « Acquisition de connaissances (via une analyse du cycle de vie) sur les pratiques à promouvoir pour limiter les impacts environnementaux des couches lavables », novembre 2015, ADEME.