

Zasady dbania o czystość mieszkania w czasie pandemii koronawirusa.

W czasie pandemii koronawirusa warto jeszcze bardziej zadbać o czystość we własnym mieszkaniu. W skutecznym czyszczeniu mieszkania najlepiej sprawdzą się środki zawierające alkohole, chlor czy nadtlenek wodoru. Podczas sprząwania ważne jest także, by stosować się do zaleceń producentów produktów czyszczących. Dokładnie należy czytać instrukcje zamieszczone na opakowaniach używanych preparatów. W trosce o skórę dłoni dobrze jest używać ochronnych rękawic, ale trzeba pamiętać, by przed ich założeniem i po zdjęciu należy umyć ręce.

Ścierki i gąbki trzeba prać w wysokich temperaturach z dodatkiem proszku do prania. Sprzątając kuchnię, powinniśmy mieć świadomość, iż używane gąbki, zmywaki, ściereczki są wymarzoną środowiskiem dla wirusów, dlatego zdecydowanie częściej powinniśmy wymieniać te przedmioty. Jeśli to możliwe – ściereczki wielokrotnego użytku powinniśmy zastąpić ręcznikami jednorazowymi. Blat, na którym układamy zakupy trzeba zdezynfekować – najlepiej 70 procentowym roztworem etanolu lub innym środkiem do dezynfekcji. W okresie pandemii powinniśmy również dezynfekować opakowania, w których znajduje się żywność, zanim włożymy ją do szafek czy lodówki. Mopy po sprząwaniu trzeba zanurzyć na jakiś czas w gorącej wodzie z dodatkiem płynu uniwersalnego. Ze szczotek powinno się ręcznie usunąć kurz, włosy i inne zanieczyszczenia, a później wypłukać je w pojemniku z ciepłą wodą z dodatkiem proszku do prania lub płynu do mycia naczyń. Nawet zwykłe mydło czy płyn do mycia naczyń skutecznie niszczy koronawirusa. Koniecznie odkażać musimy często używane przedmioty, głównie mydelniczki, krany, zlewy, blaty, baterię łazienkową. Wannę najlepiej czyścić po każdej kąpiel, a sedes przynajmniej trzy razy w tygodniu, koniecznie preparatem zawierającym środek dezynfekcyjny. Bardzo ważne jest opuszczanie klapy od sedesu. Przy splukiwaniu toalety, gdy kłapa jest otwarta wraz z kropelkami wody unosi się w powietrze flora kałowa, która osadza się na wszystkich pobliskich przedmiotach. Pozbywaniu się z domu wirusów i bakterii sprzyja również częste pranie ubrań w wysokich temperaturach, minimum 60°. Dobrze jest pamiętać o jak najczęstszej wymianie ręczników.

Przed wchodzeniem do mieszkania najlepiej jest dokładnie wyczyścić buty, a po przekroczeniu jego progu zmienić ubranie, to wcześniej noszone przeznaczając od razu do prania. Kurtki i płaszcze zaleca się trzymać w szafie, bo na nich też przynosimy do domu wiele zarazków. Warto też częściej niż zwykle prać pościel i wietrzyć mieszkanie. Wymiana powietrza następuje najszybciej, gdy otwieramy okno na oścież. Podczas zimnych dni nawet 5 minut takiego wietrzenia przyniesie dobry rezultat.

Pamiętajmy, aby po wysprząwaniu wszystkich pomieszczeń w mieszkaniu koniecznie umyć ręce – najlepiej wodą z mydłem, przez minimum 30 sekund.

Pocieszające jest, że poza organizmem żywym koronawirus nie jest w stanie długo przeżyć, ale aby ograniczyć jego rozprzestrzenianie się warto zastosować się do podanych wskazówek.

Opracowała: Marta Kirylenko