



COVID-19: Vệ sinh và khử trùng trong nhà

COVID-19 trên các bề mặt và đồ vật

Các bề mặt và đồ vật mà mọi người thường chạm vào là những chỗ có nhiều khả năng bị nhiễm vi-rút COVID-19. COVID-19 có thể lây lan khi chạm vào các bề mặt hoặc đồ vật bị nhiễm trùng, sau đó chạm vào miệng, mũi hoặc mắt của quý vị mà tay chưa rửa sạch.

Không biết chắc các bề mặt hoặc đồ vật bị nhiễm trùng góp phần vào sự lây lan của COVID-19 ở mức độ nào. Các nghiên cứu cho thấy rằng vi-rút có thể hoạt động trên các bề mặt và vật thể từ vài giờ đến vài ngày. Vi-rút có thể vẫn hoạt động lâu hơn:

- ở nhiệt độ dưới 20° C
- ở mức độ ẩm tương đối dưới 40% và trên 60%
- trên bề mặt nhẵn như nhựa và thép so với bề mặt xốp như gỗ và bìa cứng

Làm sạch và khử trùng các bề mặt và đồ vật thường được chạm vào có thể loại bỏ và vô hiệu hóa vi-rút. Điều này giúp giảm nguy cơ lây lan COVID-19.

Đề xuất cách làm sạch và khử trùng

Tốt nhất, trước tiên phải luôn làm sạch các bề mặt và đồ vật bằng xà phòng hoặc chất tẩy rửa, sau đó khử trùng.

Làm sạch bằng xà phòng (hoặc chất tẩy rửa) và nước không giết chết vi trùng. Tuy nhiên, nó làm giảm lượng vi trùng bằng cách loại bỏ chúng bằng phương pháp vật lý.

Thuốc khử trùng tiêu diệt vi trùng và có thể vô hiệu hóa vi-rút khi được sử dụng theo hướng dẫn trên nhãn sản phẩm.





Kiểm tra nhãn để biết số nhận dạng thuốc (DIN) xác nhận rằng Bộ Y tế Canada đã phê duyệt sản phẩm này để bán ở Canada. Chúng tôi đã lập một danh sách các chất khử trùng bề mặt cứng có bằng chứng để dùng chống lại COVID-19. Nếu không có chất khử trùng đã được phê duyệt, hãy dùng dung dịch thuốc tẩy pha loãng.

Đọc và làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất để sử dụng an toàn các sản phẩm tẩy rửa và chất khử trùng. Tùy theo sản phẩm, quý vị có thể cần phải:

- đeo thiết bị bảo hộ như găng tay, kính bảo hộ, kính goggles
- dùng ở nơi thông thoáng
- giữ đủ thời gian tiếp xúc để chất khử trùng vô hiệu hóa vi-rút
- bảo quản và vứt bỏ sản phẩm khử trùng đúng cách

Bỏ các vật dụng làm sạch dùng một lần rồi bỏ, như đầu lau chùi và khăn, vào thùng chứa chất thải có lót trước khi vứt bỏ. Rửa các vật dụng làm sạch có thể tái sử dụng bằng xà phòng hoặc chất tẩy rửa và nước nóng (60°C đến 90°C).

Nếu dùng găng tay, hãy rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây sau khi tháo găng tay. Nếu không có xà phòng và nước, hãy dùng chất khử trùng tay có chứa ít nhất 60% cồn.

Làm sạch và khử trùng trong nhà của quý vị

Thường xuyên làm sạch và khử trùng các bề mặt và đồ vật thường chạm vào trong nhà của quý vị. Điều này đặc biệt quan trọng khi thấy bệnh hoặc khi trong nhà có người ốm.

Các bề mặt và đồ vật thường xuyên chạm vào trong nhà có thể gồm:

- đồ chơi
- phòng vệ sinh
- công tắc đèn
- thùng đựng quần áo giặt
- bàn và quày



- điện thoại, bộ phận điều khiển tivi và đồ điện tử
- tay nắm cửa, quả nắm cửa, tủ lạnh, máy rửa bát, tủ và vòi nước

Khi người có hoặc đã có thể có COVID-19 trong nhà của quý vị

Làm sạch và khử trùng thường xuyên hơn các bề mặt và đồ vật hay chạm vào trong nhà để giảm nguy cơ lây truyền. Điều này đặc biệt quan trọng nếu trong nhà có người có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng hơn hoặc có hậu quả do COVID-19.

Thường xuyên làm sạch và khử trùng những nơi mà người mắc hoặc có thể mắc COVID-19 đã dùng, như nơi ngủ và phòng vệ sinh. Trong khi làm sạch và khử trùng, hãy đeo mặt nạ thở hoặc khẩu trang chất lượng tốt nhất và vừa vặn nhất mà quý vị có.

Có thể giặt đồ bị nhiễm trùng và bẩn, bao gồm cả khẩu trang tái sử dụng, với đồ giặt khác. Khi giặt, nên:

- cho đồ đã giặt trực tiếp vào máy giặt hoặc cho vào hộp có lót nếu chưa giặt ngay
- giặt đồ bằng nước nóng (60° C đến 90° C) với xà phòng giặt hoặc bột giặt
 - nếu không có máy giặt, hãy giặt kỹ bằng tay bằng xà phòng và nước nóng
- làm khô kỹ

Rửa tay ngay sau khi đã làm xong việc tiếp xúc các đồ giặt bị nhiễm bẩn.