

بیماری کرونا 2019 (کووید-19)

نحوه پیشگیری از آسیب به پوست در برابر محصولات تمیزکننده

جهت کاهش شیوع کووید-19، شستشو یا ضدعفونی کردن دست‌ها و تمیز کردن موارد و سطوح در محیط پیشنهاد می‌شود. با این حال، تمیز کردن مداوم می‌تواند روی پوست شما تأثیر بگذارد. اطلاعاتی در مورد نحوه مراقبت از پوست و پیشگیری از آسیب‌های احتمالی محصولات تمیزکننده در این برگه اطلاعاتی ارائه شده است.

اصول کلی

- در صورت امکان، از ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل استفاده کنید که دارای نرم‌کننده باشد. نرم‌کننده‌ها به بسیاری از ضدعفونی‌کننده‌های دست بر پایه الکل افزوده می‌شوند تا پوست را مرطوب نگه دارند.
- لازم است دست‌ها را به‌طور مرتب با آب و صابون بشویید یا در صورت در دسترس نبودن آب و صابون، با ضدعفونی‌کننده دست و خشک کردن با استفاده از حوله دستی تمیز شوند. هنگامی که کثیفی دست نمایان است، نباید از ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل استفاده شود.
- تمیزکننده‌ها و ضدعفونی‌کننده‌های پرکاربرد و رایج در برابر کووید-19 مؤثر هستند.
 - هیچگاه انواع مختلف محصولات شیمیایی را با هم ترکیب نکنید.
 - همواره از دستورالعمل‌های روی برچسب مواد شیمیایی پیروی کنید.

نحوه محافظت از دست‌ها و تمیز نگه داشتن آن‌ها

بایدها

- دست‌ها را با صابون و آب ولرم بشویید و کاملاً آبکشی کنید.
- پس از شستشوی دست‌ها، آن‌ها را با استفاده از حوله کاغذی باکیفیت یا حوله دستی تمیز خشک کنید.
- به‌طور مرتب از محلول‌های نرم‌کننده استفاده کنید. در صورت امکان، از ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل که حاوی نرم‌کننده پوست استفاده کنید.

نبایدها

- بلافاصله پس از شستشوی دست‌ها با آب و صابون از ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل استفاده نکنید، زیرا این کار باعث خشک شدن پوست شما خواهد شد.
- برای استفاده از صابون، حتماً ابتدا دست‌هایتان را مرطوب کنید.
- پیش از تمیز و خشک شدن کامل دست‌ها از دستکش استفاده نکنید.

نحوه مراقبت از خود در برابر محصولات تمیزکننده

انتخاب محصولات بهداشت دست

- از ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل که دارای 60-90 درصد الکل است استفاده کنید.
- برای کاهش التهاب، سعی کنید از محصولات حاوی نرم‌کننده پوست استفاده نمایید.
- از صابون، نرم‌کننده یا لوسیون بدون رایحه استفاده کنید.



استفاده ایمن از محصولات تمیزکننده

- محلول‌های تمیزکننده را به‌طور صحیح آماده کنید. همواره اطلاعات ایمنی ارائه‌شده توسط تولیدکننده را رعایت کنید.
- با مطالعه برچسب پیش از استفاده از هرگونه عامل تمیزکننده، استفاده صحیح و اقدامات احتیاطی که باید هنگام استفاده از آن رعایت کنید را متوجه شوید و مطلع شوید هنگام قرارگیری ناخواسته در معرض این مواد باید چه کار کنید.
- در صورت امکان، از محلول‌هایی از قبل ترکیب‌شده استفاده کنید؛ در غیر اینصورت، محلول‌های غلیظ را طبق دستورالعمل‌های برچسب آن رقیق کنید. هنگام ترکیب یا کار با شیمیایی دستکش و محافظ چشم استفاده کنید.
- فقط سفیدکننده را با افزودن آب (نه مواد شیمیایی دیگر) رقیق کنید.
- محلول‌های سفیدکننده را در مکانی دارای تهویه مناسب آماده کنید.
- از کاربرد اسپری برای پخش وسیع مواد روی سطوح خودداری کنید؛ نازل را در حالت پاشش خطی قرار دهید یا مستقیماً روی پارچه نظافت اسپری کنید.
- ضدعفونی‌کننده‌ها، تمیزکننده‌های خانگی و سفیدکننده باید برای سطوح وسایل بی‌جان در محیط استفاده شود. هیچگاه این محصولات را روی پوست قرار ندهید و از تزیق یا خوردن آن‌ها خودداری کنید.
- هنگام جابجایی، استفاده و بیرون ریختن محصولات تمیزکننده، (طبق توصیه تولیدکننده) از دستکش و سایر تجهیزات حفاظتی شخصی (PPE) استفاده کنید.

در مورد این ویروس اطلاعات بیشتری کسب کنید

جهت کسب اطلاعات بیشتر و دسترسی به اطلاعات به‌روز در مورد کووید-19 می‌توانید به وبسایت وزارت بهداشت انتاریو مراجعه کنید: ontario.ca/coronavirus

برای کسب اطلاعات بیشتر، لطفاً تماس بگیرید:

اطلاعات این سند در تاریخ 30 اکتبر 2020 به‌روز شده است.