

新冠病毒疾病 2019 (COVID-19)

如何防止清洁产品造成的皮肤破损

为了减少 covid-19 的传播，建议大家洗手或者使用擦手液，并且经常清洁您周围环境中的物品和物体表面。但是经常的清洁会对您的皮肤造成影响。这张资料单向您介绍如何保护皮肤，以避免由于使用清洁产品可能造成的伤害，供您参考。

一般原则

- 尽量使用含有润肤因子的酒精擦手液。很多酒精擦手液都会添加润肤因子，保持皮肤滋润。
- 要经常用肥皂和水洗手，如果没有肥皂和水，可以用湿纸巾擦手，然后用擦手液。在手部明显脏污的情况下不要使用酒精擦手液。
- 常用的清洁剂和消毒剂可以有效地防止 COVID-19。
 - 千万不要把不同类型的化学产品混合起来。
 - 一定要遵照化学产品标签上的说明。

如何既保障手部清洁又保护双手

该做什么

- 用肥皂和温水洗手并彻底冲干净。
- 用质量好的纸巾把手拍干或者在洗手之后用干净手巾擦干。
- 经常使用润肤乳液。尽量选择含有润肤因子或者护肤因子的酒精擦手液。

不该做什么

- 用肥皂和水洗手之后不要马上使用酒精擦手液，因为这样会使您的皮肤干燥。
- 不要在打湿双手之前就擦肥皂。
- 在双手清洁并且完全干燥之前不要戴上手套。

如何保护自己免受清洁产品的伤害

如何选择手部卫生产品

- 选择含有 60–90%酒精含量的擦手液。
- 为了减少刺激，尽量选择含有润肤因子或者润肤/护肤因子的产品。
- 使用无芳香洗手肥皂清洁液和乳液。



如何安全使用清洁产品

- 正确制备清洁溶液。一定要遵照厂商提供的安全说明。
 - 在使用任何清洁剂之前要阅读标签，了解其正确使用方法，使用时的注意事项，以及万一接触到的时候应该怎样做。
 - 尽可能使用预先混制好的溶液；或者根据产品标签上的说明来稀释浓缩液。在混合和倾倒化学液体时要戴上手套和护目镜。
 - 稀释漂白剂的时候只加水（不要加其他化学物质）。
 - 在通风良好的地方制备漂白溶液。
- 避免使用喷雾瓶大范围喷洒物体表面；把喷嘴转向液体流方式或者喷洒在清洁抹布上。
- 消毒剂、家用清洁剂和漂白剂适用于物体表面。千万不要在皮肤上使用这些产品，也不要摄入和注射。
- 在拿取、使用和抛弃清洁产品过程中，要戴上手套或者（根据厂商的推荐）穿戴额外的个人防护用具。

了解新冠病毒

如需了解有关 COVID-19 的最新信息，请浏览安省卫生厅网站：ontario.ca/coronavirus。

更多详情请联系：_____

本文件的信息更新于 2020 年 10 月 30 日。