



คำแนะนำสำหรับประชาชนในการทำความสะอาดฆ่าเชื้อโรคบริเวณที่พักอาศัย ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙)

เนื่องจากไวรัสโคโรนาสามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้เป็นระยะเวลานาน ๒ ชั่วโมง – ๙ วัน เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรคบริเวณที่พักอาศัยที่มีผู้กักกันตัว ควรใช้สารที่สามารถกำจัดเชื้อโรคได้ตามท้องเคการอนามัยโรคให้คำแนะนำสาร ๓ ชนิด ที่สามารถทำลายเชื้อโรคได้ในระยะเวลา ๑ นาที ได้แก่ สารประกอบโซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๐.๑% (เช่น น้ำยาฟอกขาว ความเข้มข้น ๑๐๐๐ ppm) ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕% (๕๐๐๐ ppm) และแอลกอฮอล์ ๖๒%-๗๐% คำแนะนำฉบับนี้ จึงแนะนำวิธีทำความสะอาดและข้อควรระวัง เพื่อส่งเสริมสุขลักษณะที่ดีของประชาชน และป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโคโรนาไวรัส (COVID-๑๙)

๑. การเตรียมสารทำความสะอาดเพื่อฆ่าเชื้อ

๑.๑ น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้โดยผสมในอัตราส่วนดังนี้

๑ พื้นผิวทั่วไป ใช้น้ำยาฟอกขาว(ไฮเตอร์)เจือจาง ๑ ส่วนในน้ำ ๙๙ ส่วน (ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๒๐ มิลลิลิตร/๒ฝา ต่อน้ำ ๑ ลิตร)

๒ พื้นผิวที่มีน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่งของผู้ป่วย เช่น ห้องสุขา โถส้วม ใช้น้ำยาฟอกขาว เจือจาง ๑ ส่วนในน้ำ ๙ ส่วน (ความเข้มข้น ๐.๕%) ราดทิ้งไว้อย่างน้อย ๑๕ นาที

๑.๒ สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ สามารถใช้ ๗๐% แอลกอฮอล์ทำความสะอาดได้

๑.๓ สิ่งแวดล้อมที่เป็นวัสดุผ้า ที่อาจปนเปื้อนด้วยเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ เช่น เสื้อผ้า ผ้าปูที่นอน ผ้าปูที่นอน ควรทำความสะอาดก่อนนำกลับมาใช้ใหม่ โดยใช้น้ำที่อุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียส และผงซักฟอกในครีวร้อนได้

๒. การทำความสะอาดและฆ่าเชื้อบริเวณพื้นผิว

๒.๑ สวมถุงมือ หน้ากากอนามัยป้องกันตนเองทุกครั้งเมื่อต้องทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ

๒.๒ เปิดประตู/หน้าต่าง เพื่อระบายอากาศ

๒.๓ ทำความสะอาดฆ่าเชื้อทั่วทั้งบริเวณ และเน้นบริเวณที่มักมีการสัมผัสหรือใช้งานร่วมกันบ่อยๆ เช่น ลูกบิดประตูและที่จับประตู โຕ้ะ เก้าอี้ ราวบันได เป็นต้น เช็ดทำความสะอาดชุบน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ หรือแอลกอฮอล์ ๗๐% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕% เช็ดทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ

๒.๔ สำหรับพื้น ใช้ไม้ถูชุบน้ำยาฆ่าเชื้อที่เตรียมไว้เริ่มถูจากมุมห้องหนึ่งไปยังอีกมุมหนึ่ง ไม่ซ้ำรอยเดิม

๒.๕ การทำความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป พื้นห้องส้วมให้ฆ่าเชื้อโดยราดน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ทิ้งไว้อย่างน้อย ๑๐ นาที เช็ดเน้นบริเวณที่รองนั่งโถส้วม ฝาปิดโถส้วม ที่กดชักโครก ราวจับ ลูกบิดหรือกอนประตู อ่างล้างมือ ก๊อกน้ำ ผันง ซอกประตู ด้วยผ้าชุบน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ หรือแอลกอฮอล์ ๗๐% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕%

๓. การจัดการหลังทำความสะอาดและฆ่าเชื้อโรค

๓.๑ หลังทำความสะอาดควรซักผ้าที่ใช้เช็ดทำความสะอาด ด้วยผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาด และนำไปผึ่งตากแดดให้แห้ง

๓.๒ ถอดถุงมือแล้วล้างด้วยน้ำสบู่ อาบน้ำชำระล้างกายและเปลี่ยนเสื้อผ้าโดยเร็ว

๔. ข้อควรระวัง

๔.๑ สารที่ฆ่าเชื้อส่วนใหญ่มีฤทธิ์กัดกร่อน อาจเกิดการระคายเคืองผิวหนังได้ ระวังไม่ให้เข้าตาหรือสัมผัสโดยตรง

๔.๒ หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

๔.๓ หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำความสะอาด