

注意! 这样消毒,可能“越消越毒”

近日,多地疫情升级,防控进入关键期。消毒是疫情防控的一种有效办法。不过,消毒需要适度、适量,方法不当就有可能适得其反,危害自己和家人的健康。疫情期间如何正确消毒?使用消毒剂时该注意些什么?哪些行为属于过度消毒?

1 日常生活中如何做好消毒

钥匙、手机等个人物品



用75%酒精或消毒湿巾擦拭

- *水龙头、门把手、电灯开关等也参照这类消毒方式
- *擦拭电器时,需关机并等仪器冷却,避免静电等导致起火

家具



地板、家具等硬表面可使用84消毒液兑水稀释后进行消毒

- *擦拭物体表面后,需要等待一定时间再用清水擦拭,除去多余消毒剂

餐具

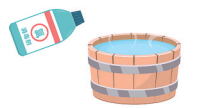


开水煮沸10分钟,或使用高温消毒柜

普通织物



疫情期间去医院,或与疑似病例密切接触后,应对衣物等用煮沸法物理消毒



不耐高温的布料可使用含氯消毒剂浸泡消毒,再用清水漂洗干净

- *含氯消毒剂对织物有漂白作用,需小心使用

外出时



免洗手消毒剂

在户外,可使用免洗手消毒剂清洗手部20秒以上

外出回家后



及时洗手,对外套进行消毒处理

2 常见的消毒剂和使用方法

酒精类消毒产品



易燃易爆易挥发,碰到明火、点燃的香烟、衣物静电后,易引发燃烧爆炸

使用方法: 最安全的使用方法是“擦”为主,浓度75%最好

- 注意事项:**
- 不要使用喷洒方式消毒
 - 保证良好通风,并清除周边易燃可燃物,避开明火
 - 存放的容器必须密封

84消毒液



主要成分是次氯酸钠,有很强的刺激性气味和腐蚀性

使用方法: 使用之前一定要进行稀释,比例是1:100

- 注意事项:**
- 不与洁厕灵等消毒清洁产品同用,不与酒精同用
 - 使用时避开皮肤、眼睛、口鼻
 - 热水会影响杀菌效果,需用冷水配置

泡腾消毒片



属于过氧化类消毒剂,二氧化氯腐蚀性较小,适用家庭使用

使用方法: 使用前要稀释,两瓶500毫升的水稀释一片500毫克的泡腾片

- 注意事项:**
- 使用的器具最好是塑料盆,不要接触金属物,不直接接触手部
 - 使用时保证良好通风

3 使用消毒剂这些要注意

严格遵循说明书,按规定使用消毒剂

物品消毒,能用物理方法尽量不要用化学消毒剂

不要混合使用不同类型消毒剂

人体皮肤消毒主要针对手部等裸露部位进行,没必要全身消毒

特殊场合使用高浓度消毒剂,或长时间使用消毒剂时,要穿戴防护用品

4 过度消毒不可取



全身喷洒消毒剂

车轮消毒



鞋底消毒



室外环境表面反复喷洒消毒剂

人工湖,水塘投放消毒粉



室内有人时用化学消毒剂



对外环境大范围消毒,残留的消毒剂会对环境造成污染

- 室内使用消毒剂,加湿器中加入消毒剂,会影响室内人员健康

5 常见消毒剂中毒如何急救

呼吸道吸入接触者



应立即转移到空气新鲜处

皮肤黏膜(包括眼睛)接触者



立即使用大量流动清水反复冲洗10分钟以上

口服接触者



可口服牛奶、米粥等保护胃肠道黏膜

如果患者接触剂量较大或症状持续不改善



应立即就医

6 关于消毒这些误区要避免

居家每天都要消毒

如果没有外人到访,也没有自我隔离的疑似症状者,无需每天消毒

消毒剂浓度越高越好

很多强效消毒剂刺激性很强,浓度过高时可能伤害人体

蒸食醋可杀菌消毒

食醋中的醋酸含量一般较低,远不能达到杀菌消毒的作用

免洗手液跟用水洗手效果一样,方便快捷

许多免洗手液都有一定刺激性,可能造成皮肤过敏。洗手还应尽量用流水,配合使用肥皂或洗手液。

