

## **Роспотребнадзор напоминает о гигиене жилых помещений в сезон гриппа и ОРВИ**

В сезон гриппа и ОРВИ особое внимание следует уделять уборке в жилых помещениях, например, в квартире или в частном доме.

### **С чего начать?**

Во всех комнатах необходимо протереть пыль и пропылесосить. Мусор может оказаться в неожиданных местах – например, под диваном или за шкафом. Вымыть с мылом или обработать дезинфицирующими средствами для ухода за мебелью дверные ручки и ручки шкафов, тумбочек и комодов. Также во время уборки следует протирать салфеткой с антисептиком выключатели. То же касается спинок стульев, необитых мягкими материалами, поверхностей столов и журнальных столиков.

### **Как правильно закончить уборку?**

Заканчивать уборку необходимо ванной комнатой и санузлом.

Уборку санузла необходимо проводить следующим образом:

- Из санузла нужно вынести все лишние предметы, освободить шкафчики. Убрать косметические средства с полок, ванной. Вынести коврики (их следует стирать регулярно);
- После того, как вы освободили пространство, откройте окно или включите вентиляцию, чтобы образовавшийся конденсат не оседал на поверхностях.
- Затем нужно подготовить необходимый инвентарь, губки, тряпки и моющие средства. Не рекомендуется использовать жесткие щетки и химические средства, содержащие кислоты, так как они могут нанести значительный вред поверхностям и поцарапать их;
- Для начала необходимо убрать пыль с верхних уголков комнаты;
- Протереть влажной тряпкой осветительные приборы от пыли;
- Помыть плитку сверху-вниз специальным дезинфицирующим средством для мытья плитки и кафеля;
- Обязательно обработать двери и дверные ручки. Также обработать шкафчики и ручки шкафчиков. Обрабатывать следует мыльным раствором или дезинфицирующим средством;
- Уделите особое внимание порогу, где скапливается грязь;
- Затем почистите и отполируйте зеркальные поверхности. Чтобы не оставалось разводов, рекомендуем использовать средства, содержащие спирт;
- Тщательно отмойте ванну, унитаз и раковину с помощью специального моющего средства для ванной и туалета с бактерицидным действием;
- Мыть пол следует с использованием дезинфицирующего средства для мытья полов, особенно в уголках, где расположена сантехника;
- После уборки дайте помещению проветриться до сухости;
- В завершении, поставьте обратно косметику, средства по уходу за телом и другие предметы. Полотенца замените на свежие.

После уборки руки необходимо обработать кожным антисептиком. При отсутствии кожного антисептика нужно мыть руки водой с мылом, тщательно намыливая все руки в течение 15-20 секунд, а затем смыть теплой водой.

### **Как часто нужно делать уборку?**

Генеральную уборку рекомендуется проводить после праздников, приема большого количества гостей, а в период гриппа и ОРВИ раз в две недели.

Регулярную влажную уборку в жилых помещениях Роспотребнадзор рекомендует проводить один-два раза в неделю.

Кроме того, Роспотребнадзор напоминает, что при проведении уборки рекомендуется два раза в год стирать шторы. Окна необходимо мыть два раза в год весной и осенью, если они выходят во двор, а если на проезжую часть, до четырех раз в год\*.

Будьте здоровы!

*\*Подготовлено по материалам Института дезинфектологии ФБУН «ФНЦГ им. Ф.Ф.Эрисмана» Роспотребнадзора*