

Gabay sa Paglilinis at Pagdisimpekta ng Komersyal na Tirahan

Ang monkeypox ay kumakalat sa pagitan ng mga tao sa pamamagitan ng direktang kontak sa nakakahawang pantal, mga likido ng katawan, o sa pamamagitan ng mga inilalabas ng palahingahan sa panahon ng matagal at harapang (face-to-face) kontak. Ang mga poxvirus (hal., monkeypox virus) ay kilalang matibay at nabubuhay sa mga linen, damit at sa mga ibabaw ng kapaligiran; partikular kapag nasa madilim, malamig, at mababang mahalumigmig na mga kapaligiran. Sa isang pag-aaral, natagpuan ng mga imbestigador ang mga buhay na virus 15 araw pagkatapos na maiwang bakante ang bahay ng pasyente. Ipinapakita ng mga pag-aaral na ang ibang malapit na nauugnay na mga orthopoxvirus ay maaaring mabuhay sa isang kapaligiran, kahalintulad sa sambahayan, nang mga linggo o buwan. Ang mga materyales na may maraming maliliit na butas (kumot, damit, atbp.) ay makapagkakanlong ng buhay ng virus sa mas matagal na panahon kaysa sa mga ibabaw na walang mga butas (plastic, salamin, metal).

Napakasensitibo ng mga orthopoxvirus sa ilaw na UV. Sa kabila ng kakayahan ng mga orthopoxvirus na manatili sa kapaligiran, ang mga ito ay **sensitibo rin sa maraming pandisimpekta, at ang pagdidisimpekta ay inirekomenda para sa lahat ng lugar (tulad ng bahay at sasakyan) kung saan gumugol ng oras ang taong may monkeypox, pati na rin sa mga bagay na itinuring na malamang ay kontaminado.**

Ang mga komersyal na tirahan na tinitirahan ng mga tao, kung saan ang taong may monkeypox ay maaaring nananatili, ay makakagawa ng mga hakbang para pababain ang panganib ng pagkalat ng virus sa ibang mga tao at kawani. Hindi dapat pumasok sa silid ang mga kawani habang nagbubukod ang tao maliban kung may emerhensya. Ang paglilinis at pagdidisimpekta ay dapat na ginagawa pagkatapos umalis ng tao.

Ang mga pangunahing hakbang na ito ay kinabibilangan ng:

- Wastong kalinisan ng kamay
- Paggamit ng Personal na Pamprotektang Kagamitan (Personal Protective Equipment/PPE)
- Naaangkop na paglilinis at pagdisimpekta
- Naaangkop na pagtapon ng basura

Kalinisan ng Kamay:

- Ang mga kawani ay dapat na sumunod sa mahigpit na kalinisan ng kamay (hal., paghuhugas ng kamay gamit ang sabon at tubig o paggamit ng pangkuskos ng kamay na may alkohol) bago at pagkatapos pumasok sa silid kung saan ang isang indibidwal ay naroon o nakapagbukod, pagkatapos ng kontak sa mga damit, linen, o ibabaw ng kapaligiran (hal., mga patungang ibabaw, inidoro) na maaaring nagkaroon ng kontak ang materyal sa mga sugat, at pagkatapos na tanggalin ang Personal na Pamprotektang Kagamitan (PPE).

Personal na Pamprotektang Kagamitan (Personal Protective Equipment/PPE):

Ang mga kawani ay dapat na magsuot, sa pinakamababa, **ng mga naitatapong medikal na guwantes at isang pampalahingahan (hal., N95) o lapat na kasyang maskara**, at **isahang gamit na naitatapong baro (gown)** habang nililinis at dinidisisimpekta ang espasyo kung saan ang tao ay naroon o nakapagbukod. Ang kalinisan sa kamay ay dapat na kumpleto bago magsuot ng PPE at pagkatapos magtanggap ng PPE.

Mangyaring tingnan ang nakaugnay (link) na isang [PDF](#) para sa video na nagpapaliwang kung paano [magsuot \(don\)](#) at [magtanggap \(doff\) ng PPE](#).

Ang mga kawani ay dapat na mayroon ng lahat ng panlinis at pandisimpektang materyales na magagamit at nakahanda na, nang sa gayon ay hindi nila pinapasok at nilalabasan nang maraming beses ang silid at mapababa ang pagdadala ng kontaminasyon sa ibang lugar (cross contamination).

Paglilinis at Pagdidisimpekta:

Upang mapababa ang panganib ng pagkalat ng virus, linisin at disimpektahin sa sumusunod na pagkakasunod-sunod:

1. Pangkalahatang pagtatabi ng basura

- a. Kolektahin at itabi sa isang selyadong supot ang anumang basurang madumi tulad ng mga benda, tuwalyang papel, pakete ng pagkain at iba pang pangkalahatang basura.

2. Labahin

- a. Pagsama-samahin ang mga kontaminadong damit at linen bago ang anumang iba pa sa silid ay linisin. Huwag alugin ang mga linen dahil maaari nitong maikalat ang mga nakakahawang maliliit na butil.
- b. Ang mga labahin ay hindi dapat ihalo sa mga labahin ng ibang mga bisita.
- c. Iwasang alugin ang maruruming labahin dahil maaaring maikalat nito ang mga nakakahawang maliliit na butil.
- d. Labhan ang mga labahin sa isang pamantayang makinarya sa paglalaba (washing machine) gamit ang sabong panlaba, na sumusunod sa mga tagubilin sa etiketa. Ang mga sanitizer na panglaba ay maaaring gamitin ngunit hindi kailangan.

3. Matitigas na ibabaw at iba pang mga bagay sa sambahayan

- a. Linisin at disimpektahin ang madalas na nahahawakang mga ibabaw gamit ang pandisimpekta na rehistrado sa EPA ([Mga Pandisimpekta para sa mga Lumilitaw na Pathogen ng Virus: Listahang Q](#)) alinsunod sa mga tagubilin ng tagapagmanupaktura. Kinabibilangan ito ng madalas na nahahawakang ibabaw tulad ng mga mesa, patungang ibabaw, hawakan ng pinto, hawakan sa buhusan ng inidoro, gripo, swits ng ilaw, at sahig.
- b. Ang mga paraan ng basang paglilinis ay mas pinipili tulad ng mga pandisimpektang pamunas, ispray, at paglalampaso.
- c. Isama ang mga panloob na ibabaw ng reridayerytor, priser (freezer), at iba pang mga kasangkapan, espasyo ng panloob na aparador, o mga aparador (drawer) kung sila ay naakses ng taong may monkeypox.
- d. Hugasan ang mga narumihang plato at mga kubyertos sa pagkain sa panghugas ng mga pinagkainan (dishwasher) gamit ang sabong panlaba at mainit na tubig o sa pamamagitan ng kamay gamit ang mainit na tubig at sabon para sa pinagkainan.
- e. Huwag tuyuin o walisang ang mga ibabaw na may dumi dahil maaaring maikalat nito ang mga nakakahawang maliliit na butil.



4. Balot na muwebles, alpombra (carpet), at iba pang mga malalambot na kasangkapan

- a. Kung ang taong may monkeypox ay nagkaroon ng direktang kontak sa balat at/o may labis na paglabas ng likido mula sa mga pantal papunta sa mga malalambot na kasangkapan, tulad ng balot na muwebles, mga alpombra (carpet), basahan, at mga kutson, ang mainit na pagpapasingaw na paglilinis ay maaaring ikonsidera.
- b. Kung ang taong may monkeypox ay nagkaroon ng kakaunting kontak sa mga malalambot na kasangkapan, disimpektahin ang ibabaw gamit ang naaangkop sa ibabaw na pandisimpekta.
- c. Ang pagbabakyum ay katanggap-tanggap gamit ang bakyum na may napakahusay na nananala ng hangin. Kung walang magagamit, siguruhin na ang taong nagbabakyum ay may suot na lapat na kasyang maskara o respireytor.
- d. Irekomenda ang paggamit ng mga pamprotekta ng kutson na hindi pinapasukan ng tubig upang protektahan ang kutson, na nililinis sa pagitan ng mga bisita.

5. Pagtatapon ng basura

- a. Ang pagtatapon ng mga kontaminadong basura ay dapat na magpatuloy nang normal. Irekomenda ang paggamit ng isang nakalaang, may balot na lalagyan ng basura sa silid para sa pagtatapon ng mga kontaminadong basura (hal., mga guwantes, benda, mga produkto sa paglilinis).



Matrix na Listahan ng Paglilinis – kukumpletuhin sa pagkakasunod-sunod na ito

Nakumpleto na	Aksyon:
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	Kalinisan ng kamay at pagsusuot ng PPE bago pumasok sa silid <ul style="list-style-type: none"> • Naitatapong mga medikal na guwantes • Naitatapong baro (gown) • Respiratorytor o lapat na kasyang maskara
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	Pangkalahatang pagtatabi ng basura <ul style="list-style-type: none"> • Kolektahin ang lahat ng mga solidong basura, naitatapong mga bagay kabilang ang mga gamit sa banyo, pangalahatang basura at itabi sa selyadong plastik na supot para sa pagtatapon.
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	Labahin <ul style="list-style-type: none"> • Pagsama-samahin ang mga kontaminadong damit at linen bago ang lahat ng iba pa sa silid ay linisin. Ilagay sa patapong supot ng labahin o malinis na supot. • Ihiwalay mula sa ibang mga labahin ng bisita
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	Linisin at disimpektahin ang mga matitigas na ibabaw at iba pang mga bagay sa sambahayan <ul style="list-style-type: none"> • Linisin at disimpektahin ang madalas na hawakang ibabaw tulad ng: <ul style="list-style-type: none"> ○ Mga mesa ○ Mga patungang ibabaw ○ Mga hawakan ng pinto ○ Mga hawakan ng pambuhos ng inidoro ○ Mga gripo ○ Mga swits ng ilaw ○ Mga remote (remote) ○ Mga sahig ○ Repridyerytor ○ Priser (freezer) ○ Mga aparador • Hugasan ang mga narumihang plato at mga kubyertos sa pagkain sa panghugas ng pinagkainan (dishwasher) gamit ang sabong panlaba at mainit na tubig o sa pamamagitan ng kamay gamit ang mainit na tubig at sabon sa pinagkainan.



Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	<p>Linisin ang nabalutang mwebles, alpombra (carpet), at iba pang mga malalambot na kasangkapan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disimpektahin ang ibabaw gamit ang naaangkop sa ibabaw na pandisimpekta <ul style="list-style-type: none"> ○ Sopa ○ Mga unan ○ Alpombra (Carpet) ○ Mga basahan ○ Kutson
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	<p>Pagtatapon ng basura</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ilagay ang lahat ng basura sa nakalaang, may balot na lalagyan ng basura at itapon alinsunod sa mga protokol sa pangangasiwa ng regular na basura.
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	<p>Pagtanggal ng PPE at kalinisan ng kamay.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Itapon ang PPE sa nakalaang, may balot na lalagyan ng basura.
Oo <input type="checkbox"/> Hindi <input type="checkbox"/>	<p>Magsuot ng bagong pares ng naitatapong medikal na guwantes at disimpektahin ang kariton sa paglilinis bago lumipat sa susunod na silid.</p>

Pinagsasanggunian: [CDC Pagdisimpekta ng Bahay at mga Kapaligiran ng Hindi-Pangangalagang Pangkalusugan \(Hunyo 6, 2022\)](#)

