



# 防止呼吸道疾病 在家中传播

## 经常彻底清洗双手



- 经常用肥皂和水洗手（至少20秒）。
- 如果没有现成的肥皂和水，请使用含至少60%酒精的酒精擦手液。
- 在清空废物筐，触摸纸巾和类似废物后，应立即洗手。

## 阅读清洁产品的卷标



- 遵照产品卷标上的说明，包括戴手套和保持良好的通风。
- 使用适当的家用及环境保护局(EPA)注册清洁消毒剂来清洁消毒表面。
- 要了解该产品是否对病毒有效，请阅读产品卷标，拨打卷标上的1-800号码或访问 <http://www.americanchemistry.com/Novel-Coronavirus-Fighting-Products-List.pdf> 以获取更多信息。
- 漂白剂溶液也可以用作消毒剂。将1汤匙漂白剂混合到1夸脱（4个标准杯）水中，或者如果有更大量的需求，将1/4标准杯漂白剂加到1加仑（16个标准杯）水中。

## 定期清洁和消毒所有经常接触的表面和物体

### 硬质（无孔）表面

包括高接触频率的表面，如柜台，桌面，门把手，栏杆，卫生间用具，厕所灯开关，电话，键盘，遥控器，平板计算机和床头柜。



- 清洁表面和物品，以清除可见的污垢，并对其进行消毒，以杀灭病菌。使用消毒剂时，特别是对于与食物接触的区域，要确保其表面至少湿润10分钟（尤其是与食物接触面），然后用水冲洗。随后，让它自然风干。
- 在电子设备上使用消毒湿巾时，请仔细阅读使用说明，以确保它们在多次被湿巾擦拭后仍能正常使用。这些湿巾需要足够长的时间保持设备表面湿润，以达到所需的接触时间。

### 软质（多孔）表面

包括毛巾、亚麻布、衣服和有柔软填充物的织物制成的动物玩具。

- 请用热水清洗，使用家用洗衣液，并在高温下烘干。

## 欲了解更多信息

i

CDC为家庭提供的清洁和消毒指南-针对在2019疑似或确诊的新型冠状病毒感染：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html#disinfect>

公共卫生局提供的正确洗手方法指南：

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>（请点击洗手目录）