

ویروس کرونا جدید (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس راهنما برای کارکنان سرایداری

هر کارفرما باید سیاست‌هایی برای حفاظت از کارکنان داشته باشد و آموزش‌هایی به کارکنان سرایداری ارائه نماید که شامل، روش‌های صحیح تمیز و ضدعفونی کردن، مواقع استفاده از پوشاک ویژه یا تجهیزات حفاظتی شخصی (PPE)، و چگونگی دفع صحیح زباله هنگام پایان نظافت باشد.

این راهنمایی مخصوص کارکنان سرایداری می‌باشد که در اماکن عمومی خدمات نظافتی ارائه می‌دهند. این راهنما جایگزین رویه‌های نظافتی و ضدعفونی معمول نیست، اما اطلاعاتی تکمیلی در خصوص پیشگیری از شیوع ویروس‌های تنفسی همچون کووید-19 ارائه می‌کند. دستورالعمل‌های نظافتی ذیل اطمینان می‌دهد که تأسیسات به نحو احسن تمیز شده و در عین حال از کارکنان سرایداری به طور کامل محافظت می‌شود.

برای اطلاعات بیشتر به سند **نظافت در محیط‌های گروهی** و جدول **نظافت و ضد عفونی** ارسال شده در وب سایت کووید-19 اداره بهداشت عمومی مراجعه نمایید.

تجهیزات حفاظتی شخصی (PPE)

- همواره در طول روز کاری، زمانی که در تماس با سایرین هستید یا احتمال تماس با سایرین وجود دارد، پوشش پارچه‌ای صورت بپوشید.
- در حین انجام وظایف شغلی مرتبط با سرایداری از دستکش‌های یکبار مصرف استفاده کنید.
- اگر احتمال پاشش مواد شیمیایی وجود دارد، از عینک ایمنی/محافظ صورت استفاده کنید.
- با توجه به سیاست‌های موجود، پوشاک محافظتی مناسب (پیش بند) بپوشید.
- دستکش‌ها را به دقت درآورده و پس از استفاده در سطل زباله بیندازید.
- بلافاصله دستان خود را بشویید و یا از ضدعفونی کننده دست استفاده نمایید.

اقدامات ایمنی

- در صورت امکان، تماس نزدیک با سایر افراد را با رعایت فاصله حداقل ۶ فوت، محدود نمایید.
- پوشش‌های پارچه‌ای صورت را روزانه بشویید.
- بصورت روتین لباس‌های کاری/یونیفرم‌ها را بشویید.
- از لمس چشم، بینی، یا دهان خود با دست‌های نشسته پرهیز کنید.
- سرفه یا عطسه خود را با یک دستمال بپوشانید یا از آستین آرنج خود استفاده کنید (نه دست‌هایتان).

شستن دست‌ها

- دستان خود را بطور منظم با آب و صابون به مدت حداقل ۲۰ ثانیه بشویید.
- با استفاده از حوله تمیز یا خشک، دست‌ها را خشک کنید.
- اگر آب و صابون به آسانی در دسترس نیست، از ضدعفونی کننده دست پایه الکلی حاوی حداقل ۶۰٪ الکل استفاده کنید.
- مواقع مهم برای تمیز کردن دست حین کار عبارتند از:
 - قبل و بعد از شیفت کاری
 - قبل و بعد از استراحت‌های کاری
 - پس از انجام وظایف سرایداری و درآوردن دستکش‌ها
 - پس از پوشیدن، لمس، یا برداشتن پوشش پارچه‌ای صورت
- مواقع مکمل برای تمیز کردن دست‌ها:
 - قبل، حین، و پس از تهیه غذا
 - قبل از صرف غذا
 - پس از استفاده از توالت
 - بعد از تخلیه بینی، سرفه کردن، یا عطسه کردن

نحوه نظافت و ضدعفونی

- مرتباً کلیه سطوح «پر تماس» مانند پیشخوان، روی میز، دستگیره در، کلید برق، لوازم نصب شده در دستشویی، توالت، سطل زباله، تلفن، ریموت کنترل، کیبورد، تبلت، و میز کنار تخت‌خواب را تمیز کنید. جهت تمیز کردن (زدودن میکروب‌ها) و ضدعفونی نمودن (کشتن میکروب‌ها) از یک محصول ثبت شده سازمان حفاظت از محیط زیست (EPA) استفاده کنید.
- همواره از دستورالعمل‌های درج شده بر روی برچسب محصولات نظافت و ضدعفونی کننده تبعیت نمایید.
- در صورت امکان، هنگام نظافت در و پنجره‌ها را باز کنید.
- سطوح سخت و نفوذناپذیر:
 - سطوح را با دستمال و/یا برس تمیز کنید، مانند: کف، میز، میز تحریر، پیشخوان، سینک، توالت و سایر وسایل و لوازمی که سطوح سختی دارند. این سطوح را روزانه با استفاده از تجهیزات سرایداری معمول برای نظافت یا صابون/شوینده و آب گرم به منظور زدودن کثیفی، چرک و میکروب تمیز کنید.

ویروس کرونا جدید (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس راهنما برای کارکنان سرایداری

- این سطوح مشابه را با یک ضدعفونی کننده ثبت شده در سازمان حفاظت از محیط زیست (EPA) ضدعفونی نمایید. در صورتیکه ضدعفونی کننده ثبت شده در EPA در دسترس نیست، از محلول تازه سفید کننده کلرین ۲٪ استفاده کنید (تقریباً ۱ قاشق غذا خوری سفید کننده در ۱ کوارت آب). محلول سفید کننده را بصورت روزانه یا در مواقع نیاز تهیه نمایید. برای اندازه گیری غلظت محلول می توان نوارهای آزمایش استفاده کرد تا مطمئن شوید غلظت آن به اندازه مورد نیاز می باشد.
- سطوح نرم و جذبی (فرش ها، کاناپه ها و سایر موارد):
 - برای زدودن گرد و خاک و جلوگیری از پخش آن در هوا جارو بکشید.
 - قطرات ریخته شده مایعات بدن را بصورت نقطه ای مطابق با سیاست ها و رویه های موجود تمیز کنید.
 - لکه ها/خرده اشغال های قابل مشاهده سطوح نفوذ پذیر (مانند فرش، قالیچه، مبلمان، و پارچه های تزئینی) را با تمیز کننده های مخصوص استفاده روی وسایل تمیز کنید.
 - در صورت لزوم، برای فرش و سایر سطوح نفوذ پذیر از یک بخارشور استفاده کنید.

شستشوی لباس ها

- هنگام حمل رخت های کثیف، دستکش یکبار مصرف بپوشید.
- رخت های کثیف را تکان ندهید.
- رخت های کثیف فردی که بیمار است را می توان به همراه پوشاک سایر افراد شست.
- پوشاک را مطابق دستورالعمل های شرکت سازنده بشویید. از گرم ترین دمای مناسب ماشین لباسشویی و خشک کن استفاده کنید و پوشاک را کاملاً خشک نمایید.
- سبدهای خشک شویی را طبق دستورالعمل بالا برای سطوح سخت، تمیز کرده و ضدعفونی نمایید.
- دستکش ها را درآوردید و فوراً دست ها را بشویید.

دفع زباله

- هنگام حمل زباله ها، دستکش بپوشید.
- مطمئن شوید که تمام زباله ها در کیسه پلاستیکی دور ریخته می شوند.
- زباله ها را مستقیماً در سطل زباله قرار دهید.
- ضایعات پزشکی باید با توجه به سیاست ها و رویه های فعلی شما مورد رسیدگی قرار گیرند.
- دستکش ها را درآوردید و فوراً دست ها را بشویید.

اطلاعات بیشتر درباره نظافت در محیط های گروهی را می توانید در این نشانی مشاهده فرمایید:

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/protection/GuidanceCleaning-English.pdf>

اطلاعات بیشتر درباره نظافت اماکن خاص را می توانید در این نشانی مشاهده فرمایید:

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

