

## Συστάσεις για τον καθαρισμό και την απολύμανση δημόσιων χώρων κατά την επάνοδο στην κανονικότητα

Οι Ιατροί και Καθηγητής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Βίκυ Μπενέτου, Ιωάννης Ντάνας, Μαρία Γαβριατοπούλου, Δημήτρης Παρασκευής, Νίκος Θωμαΐδης και Θάνος Δημόπουλος (<https://mdimop.gr/covid19/>), συνόψισαν τις ειδικές οδηγίες για τον καθαρισμό και την απολύμανση δημόσιων χώρων, χώρων εργασίας, επιχειρήσεων, σχολείων και σπιτιών κατά την επάνοδο στην κανονικότητα που εξέδωσε το Κέντρο Ελέγχου Νοσημάτων (CDC) των ΗΠΑ, σε συνεργασία με την Υπηρεσία Περιβαλλοντικής Προστασίας των ΗΠΑ

Οι οδηγίες είναι εύκολα εφαρμόσιμες και μπορούν να συνδράμουν ουσιαστικά στην ανάσχεση της μετάδοσης του SARS-CoV-2 σε δημόσιους χώρους, πανεπιστήμια, σχολεία και επιχειρήσεις κατά την περίοδο άρσης των περιοριστικών μέτρων στη χώρα μας. Ακολουθώντας, αναλύονται οι 3 κύριοι άξονες δράσης και οι επιμέρους ενέργειες.

### **1. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΧΕΔΙΟΥ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ**

#### ➤ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΩΝ ΜΕΤΡΩΝ

Οι εσωτερικοί χώροι που δεν έχουν χρησιμοποιηθεί από εργαζόμενους για 7 ή περισσότερες ημέρες χρειάζονται μόνο καθαρισμό ρουτίνας. Για τους εξωτερικούς χώρους διατηρούνται οι τρέχουσες πρακτικές καθαρισμού.

#### ➤ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΤΡΟΠΟΥ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ

Θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη ο τύπος της επιφάνειας και η συχνότητα χρήσης της. Προτεραιότητα στην απολύμανση πρέπει να δίνεται σε επιφάνειες που χρησιμοποιούνται συχνά.

#### ➤ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΝΑΓΚΑΙΩΝ ΠΟΡΩΝ ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ

Πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η διαθεσιμότητα προϊόντων καθαρισμού και εξοπλισμού ατομικής προστασίας (ΜΑΠ) κατά τη χρήση καθαριστικών και απολυμαντικών.

## 2. ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΧΕΔΙΟΥ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ

- ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΟΡΑΤΑ ΡΥΠΑΡΩΝ ΕΠΙΦΑΝΕΙΩΝ ΜΕ ΣΑΠΟΥΝΙ ΚΑΙ ΝΕΡΟ πριν από την απολύμανση.
- ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟΥ ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟΥ Ή ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Προκρίνεται η χρήση απολυμαντικών εγκεκριμένων από την Υπηρεσία Περιβαλλοντικής Προστασίας των ΗΠΑ (EPA) έναντι του ιού. Εναλλακτικά, μπορούν να χρησιμοποιηθούν αλκοολούχα διαλύματα με 70% περιεκτικότητα σε αλκοόλη ή διάλυμα χλωρίνης αποτελούμενο από 1/3 μεζούρας χλωρίνης και 3.8 λίτρα νερού. Είναι σημαντικός ο έλεγχος της ετικέτας πληροφοριών κάθε προϊόντος προς επιβεβαίωση της καταλληλότητάς του.

- ΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ ΟΔΗΓΙΩΝ ΤΗΣ ΕΤΙΚΕΤΑΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Η ετικέτα περιλαμβάνει πληροφορίες για την ασφάλεια του προϊόντος και οδηγίες εφαρμογής. Τα απολυμαντικά πρέπει να φυλάσσονται μακριά από παιδιά.

## 3. ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗ ΤΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ

- ΣΥΝΕΧΙΣΗ ΤΟΥ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΡΟΥΤΙΝΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ

Το σχέδιο καθαρισμού/απολύμανσης θα πρέπει να τηρείται ανελλιπώς και να αναθεωρείται με βάση τη διαθεσιμότητα απολυμαντικών και ΜΑΠ. Οι εμφανώς ρυπαρές επιφάνειες πρέπει να καθαρίζονται με σαπούνι και νερό πριν από την απολύμανση. Είναι αναγκαία η απολύμανση των τακτικά χρησιμοποιούμενων επιφανειών τουλάχιστον μία φορά την ημέρα.

- ΤΗΡΗΣΗ ΜΕΤΡΩΝ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

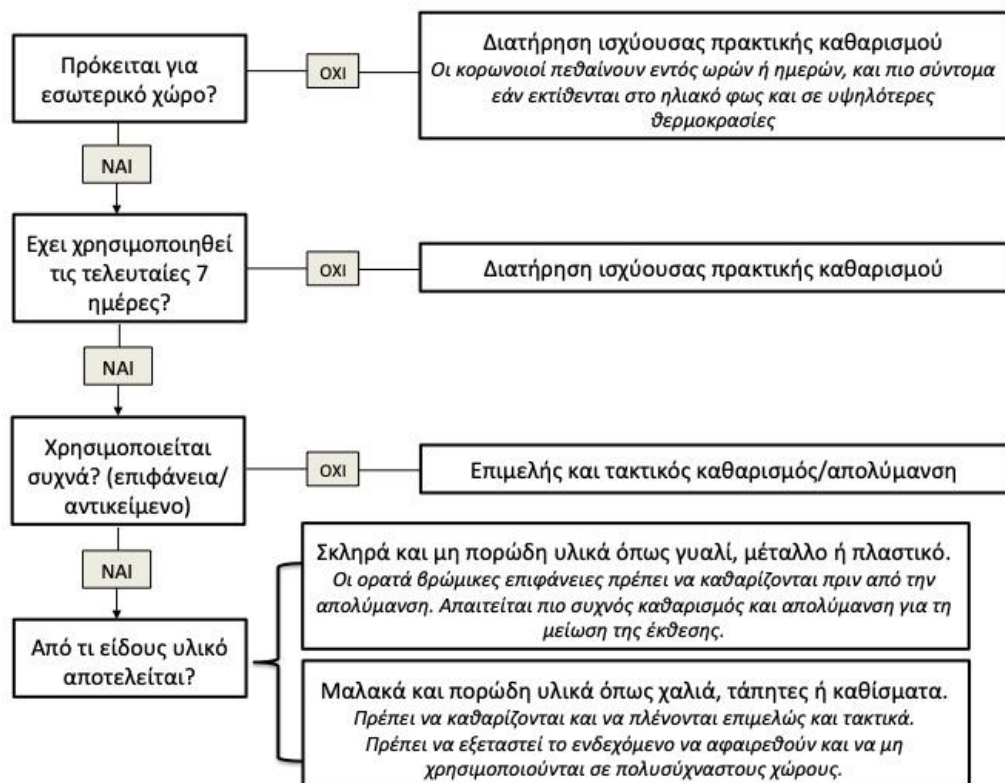
Σε αυτές συμπεριλαμβάνεται το συχνό πλύσιμο των χεριών, η χρήση μέτρων προστασίας για το πρόσωπο και η κατ'οίκον παραμονή για όσους έχουν ασθενήσει.

- ΤΗΡΗΣΗ ΜΕΤΡΩΝ ΠΟΥ ΜΕΙΩΝΟΥΝ ΤΗΝ ΠΙΘΑΝΟΤΗΤΑ ΕΚΘΕΣΗΣ ΣΤΟΝ ΙΟ

Σε αυτές συμπεριλαμβάνεται η κοινωνική απόσταση, η διατήρηση τουλάχιστον 2 μέτρων απόστασης, ο περιορισμός της κοινής χρήσης αντικειμένων και η αποφυγή επισκέψεων σε πολυσύχναστους χώρους.

Ακολουθεί σχετικός αλγόριθμος για την ανάπτυξη ορθού σχεδίου καθαρισμού/απολύμανσης και καθορισμού των προτεραιοτήτων. Αξίζει να σημειωθεί ότι:

- Ο **καθαρισμός** με σαπούνι και νερό απομακρύνει τα μικρόβια και τις ακαθαρσίες από τις επιφάνειες, μειώνοντας τον κίνδυνο εξάπλωσης της λοίμωξης COVID-19.
- Η **απολύμανση** σκοτώνει τα μικρόβια από τις επιφάνειες. Με αυτό τον τρόπο μπορεί να μειωθεί περαιτέρω ο κίνδυνος εξάπλωσης του ιού.



Το πλήρες κείμενο των συστάσεων (Reopening Guidance for Cleaning and Disinfecting and Cleaning and Disinfecting Decision Tool) μπορεί να βρεθεί στον παρακάτω διαδικτυακό τόπο: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/reopen-guidance.html>.

Ο καθαρισμός και η απολύμανση των δημόσιων και ιδιωτικών χώρων συγκαταλέγονται στα βασικά μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται για τη μείωση του κινδύνου μετάδοσης του SARS-CoV-2 κατά τη διαδικασία επανόδου της κοινωνίας μας στην κανονικότητα. Η υιοθέτηση των καλύτερων πρακτικών όπως αυτές αποτυπώνονται στις διεθνείς και εθνικές συστάσεις, σε συνδυασμό με την τήρηση

των κανόνων ατομικής υγιεινής, θα συμβάλλει ουσιαστικά στην επιτυχία της επαναλειτουργίας των εκπαιδευτικών και άλλων δομών και στη διατήρησή τους ανοιχτών.