



Более безопасное использование дезинфицирующих средств во время пандемии COVID-19

Рекомендации Специализированного отделения западных штатов по предотвращению детских заболеваний в связи с экологическими причинами.

Новый вирус, вызывающий COVID-19, может передаваться по воздуху или при прикосновении к поверхностям, которые кто-то недавно заразил чиханием или кашлем, и последующем прикосновении к глазам, носу или рту.



Во избежание переноса инфекции очень важно мыть руки или использовать дезинфицирующие средства для рук после прикосновения к поверхностям, которые могут быть заражены, и не касаться лица руками. Чтобы предотвратить заражение через воздух, мы рекомендуем следовать [Рекомендациям Центров по контролю и профилактике заболеваний \(CDC\)](#). Этот информационный листок содержит информацию по очистке и дезинфекции поверхностей в соответствии с [Рекомендациями CDC](#), сводя к минимуму вероятность воздействия дезинфицирующих средств на здоровье людей.

Дезинфицирующие средства могут убивать болезнетворных микробов (бактерии и вирусы) на поверхностях в вашем доме, но они также могут представлять собой риск для здоровья. Например, многие распространенные дезинфицирующие средства (такие как отбеливатели, многие типы дезинфицирующих салфеток) содержат химические вещества, которые могут вызвать или усугубить астму или нанести вред репродуктивному здоровью.



Очистка: удаление грязи и микробов

Очищайте поверхности в доме универсальным чистящим средством или мылом, а также тряпкой, полотенцем или тканью. Если возможно, лучше всего использовать салфетки из микрофибры. Стирайте микрофибру после каждого использования в раковине или в стиральной машине. Если вы сложите микрофибру пополам на два раза, у вас будет 8 дезинфицирующих поверхностей, прежде чем вам понадобится новая салфетка. Стирать следует отдельно от других видов ткани, без смягчителей ткани. Многие микробы удаляются, если вы тщательно чистите и вытираете поверхности, что позволяет избежать необходимости в использовании дезинфицирующих средств. Если требуется дезинфекция, предварительная очистка позволяет более эффективное использование

дезинфицирующих средств. Чистящие средства, сертифицированные [Green Seal](#) или [Safer Choice](#), более безопасны для людей и окружающей среды.

Дезинфекция: уничтожение микробов

Что нужно дезинфицировать:

- ▶ Поверхности, к которым вы часто прикасаетесь
- ▶ Любые поверхности, к которым прикасаются немытыми руками после возвращения из общественных мест. (А еще лучше используйте дезинфицирующее средство для рук, прежде чем приходить в дом и что-либо трогать!)

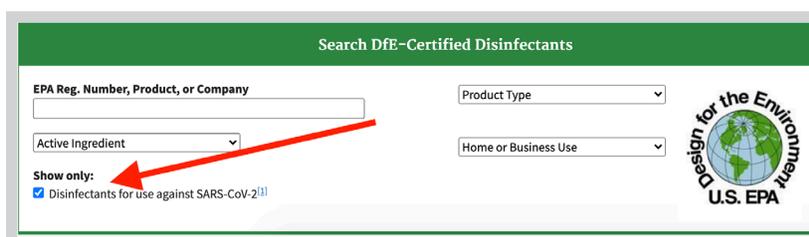
Многие дезинфицирующие средства небезопасны при использовании на поверхностях, контактирующих с продуктами питания. Найдите на этикетке продукта слова «дезинфицирующее средство, пригодное для контакта с продуктами питания», которые указывают на безопасность при использовании на поверхностях, контактирующих с продуктами питания.

Безопасные и эффективные варианты дезинфекции

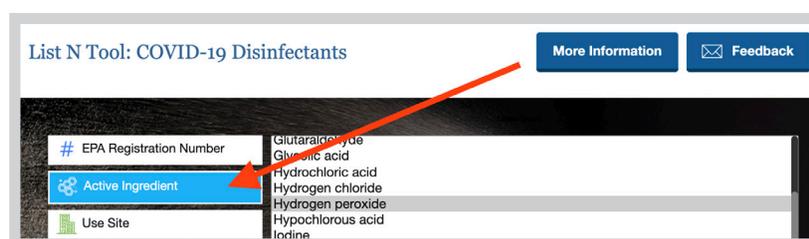
Не все дезинфицирующие средства одинаковы. Многие дезинфицирующие средства могут быть опасны для здоровья, особенно для детей, беременных женщин и людей с респираторными заболеваниями. Существуют более безопасные варианты!

Программа противомикробных продуктов Экологического проекта (DfE) Агентства по охране окружающей среды (EPA) разработала список дезинфицирующих продуктов, в которых используются ингредиенты (как активные, так и неактивные), которые более безопасны для здоровья человека и окружающей среды. Более безопасными

активными ингредиентами являются: лимонная кислота, перекись водорода, Левовращающий изомер молочной кислоты, этанол, изопропанол, гидроперекись ацетила, бисульфат натрия и хитозан. [Список N Агентства EPA](#) содержит перечисление дезинфицирующих продуктов, отвечающих требованиям EPA по использованию против вируса, вызывающего COVID-19. Наилучший вариант - отфильтровать [Список DfE](#), чтобы отображались только те продукты, которые также включены в список N. Если эти продукты недоступны, выберите продукты с более безопасными активными ингредиентами из списка N.



Пример списка DfE



Пример списка N EPA

[Продолжение см. на следующей странице >](#)

Более безопасное использование дезинфицирующих средств во время пандемии COVID-19

> продолжение



Для более безопасной дезинфекции

- ▶ **Первое: очистите** поверхность, как описано выше.
- ▶ **Второе: продезинфицируйте** с помощью дезинфицирующего средства из списка N EPA, которое содержит один из активных ингредиентов, утвержденных в рамках Программы противомикробных продуктов Экологического проекта EPA в качестве более безопасного для людей и окружающей среды продукта (см. список, приведенный выше).
- ▶ **Третье: следуйте инструкциям**, приведенным на этикетке дезинфицирующего средства! Одним из наиболее важных шагов при дезинфекции является обеспечение того, чтобы после нанесения дезинфицирующего средства поверхность оставалась **влажной** и блестящей **в течение рекомендованного времени контакта**, указанного на этикетке продукта.
- ▶ **Четвертое: убедитесь**, что у продукта есть регистрационный номер EPA и срок его действия не истек. Всегда храните дезинфицирующие средства в соответствии с инструкциями на этикетке в хорошо вентилируемом месте, недоступном для детей.

Вместо дезинфицирующих салфеток лучше использовать жидкое дезинфицирующее средство и салфетку из микрофибры, потому что салфетки часто бывают недостаточно влажными для обеспечения необходимого времени выдержки на поверхности.

Помните, что поверхность дезинфицируется только до тех пор, пока кто-то не прикаснется к ней, не кашляет или не чихнет на нее!

Если вы не нашли более безопасных средств:

Если у вас нет салфетки из микрофибры: мойте или выбрасывайте губку, тряпку или полотенце после очистки каждой поверхности. Если вы сложите тряпку/полотенце пополам на два раза, у вас будет 8 дезинфицирующих поверхностей, прежде чем вам понадобится новая салфетка.

- ▶ Варианты очистки губок:
 - вымойте в посудомоечной машине
 - замочите на одну минуту в ½ чайной ложки отбеливателя, смешанного с одним литром воды.
 - Другой вариант для **неметаллической** губки - поместить сильно смоченную губку в микроволновую печь на одну минуту.
- ▶ Полотенца можно стирать водой с мылом или моющим средством в тазу или в стиральной машине.
- ▶ Если у вас есть только отбеливатели или дезинфицирующие средства с активными ингредиентами, отличные от тех, которые указаны

в качестве более безопасных убедитесь, что вы используете средства индивидуальной защиты, рекомендованные производителем. Обязательно хорошо проветривайте помещение (откройте окна, обеспечьте доступ наружного воздуха, включите вентиляторы).

Как и в случае с любым дезинфицирующим средством, также важно обязательно следовать инструкциям на упаковке, чтобы средство оставалось влажным на поверхности в течение рекомендованного времени контакта, чтобы средство имело регистрационный номер EPA, безопасно хранилось в соответствии с инструкциями на этикетке и срок его действия не истек. Отбеливатель имеет относительно короткий срок хранения (менее одного года). **Не смешивайте дезинфицирующие средства.** Особенно опасно смешивать отбеливатель и аммиак. Для получения дополнительной информации о более безопасном использовании отбеливателя см. этот [ресурс](#) из Университета штата Мичиган.

Вывод

Очищайте постоянно; дезинфицируйте только при необходимости. Дезинфекцию следует проводить на поверхностях с повышенным риском, используя самые безопасные из доступных вам дезинфицирующих средств. Сама по себе дезинфекция поверхностей не остановит передачу вирусов и микробов! Не забудьте также следовать рекомендациям CDC в отношении масок, социального дистанцирования и мытья рук. ♦

Ресурсы

- ▶ Рекомендации CDC в отношении защиты от инфекций переносимых по воздуху: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html>
- ▶ Информационный бюллетень Департамента регулирования пестицидов штата Калифорния: *Чем хороша микрофибра?* https://wspesu.ucsf.edu/wp-content/uploads/2015/10/FactSheet_Microfiber.pdf
- ▶ Список безопасных чистящих средств Green Seal: <https://www.greenseal.org/certified-products-services?s=Household+Cleaning+Products>
- ▶ Список продуктов EPA Safer Choice: <https://www.epa.gov/saferchoice/products>
- ▶ Программа противомикробных пестицидов Экологического проекта EPA: <https://www.epa.gov/pesticide-labels/design-environment-logo-antimicrobial-pesticide-products>
- ▶ Список продуктов EPA для использования против SARS-CoV-2: <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>
- ▶ Ресурсы Университета штата Мичиган по использованию отбеливателя: <https://www.canr.msu.edu/news/covid-19-disinfecting-with-bleach>

Данный материал поддерживается Американской академией педиатрии (AAP) и финансировался (частично) в рамках соглашения о сотрудничестве № 6 NU61TS000296-02-01 Агентством регистрации токсичных веществ и заболеваний (ATSDR).

Агентство ATSDR не рекламирует покупку каких-либо коммерческих продуктов или услуг, упомянутых в публикациях PEHSU.

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

