

Isticmaalka Jeermis-dilaha Nabdoon Inta Lagu Gudajiray Dilaaca COVID-19

Inaad jeermis-dile u isticmaasho sagxadaha gurigaaga waxay dili kartaa jeermisyada keenaya cudurada (bakteeriya iyo fayras), **laakiin sidoo kale waxay yeelan karaan halis caafimaad.**

Nadiifi dhamaan Sagxadaha

Sagxadaha gurigaaga ku nadiifi nadiifyaasha isticmaalka badan leh ama saabuun dareere ah oo aan udgoon lahayn, iyo maro, sida fiican ah maro faybar ah (waxaa laga heli karaa internetka, dukaamada cuntada iyo dukaamada waaweyn). Nadiifintu waxay meesha ka saartaa wasakhda iyo jeermisyada badankood ee saaran sagxadaha waxayna dadka ka ilaalisaas oo-gadhista xad-dhaafka ah ee jeermis-dilaha.

Jeermiska ka dil sagxadaha ay taabashadu ku badan tahay

Nadiifi sagxadaha, kadib jeermiska ka dil adigoo isticmaalaya badeeco ku qoran labada liis ee EPAs: Naqshad loogu talagalay Sunta cayayaanka looga hortago ee Deegaanka iyo N: Jeermis-dilayaasha loo isticmaalo ka hortagga SARS-CoV-2. Tani waxay dishaa jeermisyada haray.

Calaamada ku dhegan badeecada ka raadi walxahan firfircoон ee nabdoon:

- ▶ Asidhka Sitrik
- ▶ Hydrogen Peroxide (Haydhrojin Beerogsaydh)
- ▶ L-lactic acid (Laktid Asidh)
- ▶ Ethanol (Edanol)
- ▶ Isopropanol
- ▶ Asidhka Peroxyacetic acid
- ▶ Sodium Bisulfate.

Mari sagxada sare oo uga tag iyadoo qooyan waqtiga ku qoran calaamadda badeecada.

Qaar badan oo jeermis-dilayaasha ka mid ah kuma haboona in lagu isticmaalo sagxadaha cuntada lagu cuno/saaro. Ka raadi ereyada 'nadiifyaha taabashada cuntada' ee ku qoran calaamadda badeecada taas oo tilmaamaysa in badeecado ku haboontay nadiifinta sagxadaha cuntada lagu cuno/saarto.

Haddii aadan heli karin badeeco nabdoon

Haddii aadan heli karin maro microfiber ah/faybar leh, dhaq isbuunyada ama shukumaanka kadib mar kasta oo sagxada la nadiifyo:

- ▶ **Nadiifi isbuunyada** adigoo isticmaalaya microwave-ka **aan birta ahayn**, qooyaya isbuunyada qoyan ilaa hal daqiqo.
- ▶ **Ku dhaq tuwaallada** saabuun ama jeermis-dile adigoo isticmaalaya baaf ama mashiinka dharka lagu dhaqo.

Haddii aad heli karto oo keliya bilijj ama jeermis dileyaal ay ku jiraan walxo firfircoон oo aan ka ahayn kuwa loo liis gareeyey inay yihii kuwo badbaado leh:

- ▶ **Biyo ku dar jeermis dileyaasha** adigoo raacaya tilmaamaha ku qoran baakada;
- ▶ **Ha isku darin jeermis dileyaasha;** iyo
- ▶ Xaqiiji inaad **hawo siisid aagga** hadba sida ugu macquulsan (daaqadaha fur, daar marwaaxadaha).

Faahfaahin intaa ka badan raadi, halkan ka soo dejiso xaashida xaqiqa ee faahfaahsan ee jeermis-dilka ku saabsan.

Eeg afeefta ku taala xaashida xaqiqa ee jeermis-dilka abdaadada leh.