

التنظيف والتعقيم من أجل منزل صحي

التنظيف الأكثر أمانًا و...

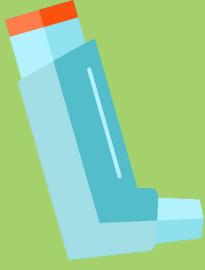


... فيروس (كوفيد-19)

اتبع هذه التوصيات المتعلقة بالطرق الأكثر أمانًا للتنظيف والتعقيم من الجراثيم للمساعدة في منع انتشار المرض.

يمكن للتنظيف العام متبوعاً بالتعقيم أن يزيل الجراثيم التي تسبب أمراضاً مثل (كوفيد-19). إن إجراء التنظيف باستخدام منتجات وأدوات التنظيف الأقل خطراً هو أفضل طريقة للحفاظ على أمان جميع من في منزلك وسلامتهم.

تعرف على المخاطر



الربو

(إذا كنت مصاباً به من قبل)



تهيج الجلد



تهيج العين



الصداع

تحتوي الكثير من مواد ولوازم التنظيف والمنتجات المنزلية على مواد كيميائية يمكن أن تهيج العين أو الحلق وتسبب الصداع ومشكلات صحية أخرى مثل الربو. ويحدث ذلك نتيجة استنشاق الأبخرة الصاعدة من منتجات مثل مواد التبييض أو بسبب امتصاص المواد الكيميائية داخل جلدك. ويمكن للتبديل والتحول إلى طريقة أو منتج تنظيف أكثر أماناً أن يساعدك على تجنب هذه المخاطر الصحية.

تجنب استخدام المنتجات التي تحتوي على الكلمات **CAUTION** (تنبيه)، أو **WARNING** (تحذير)، أو **DANGER** (خطر)، أو **POISON** (سام) على ملصقها التوضيحي.

فهذه المنتجات تحتوي على المواد الكيميائية السامة الضارة بصحتك. وبدلاً من ذلك، اختر المنتجات التي يحتوي ملصقها على عبارة "خيار أكثر أماناً" "Safer Choice" EPA أو "من المهيد إلى المهيد" "Cradle to Cradle". فهذه المنتجات أقل سمية وتشكل خطراً أقل على صحتك.

استخدم منتجات التنظيف الأقل سمية

يمكنك صنع منظفات منزلية من المكونات الشائعة المتوفرة مثل صودا الخبز والخل وصابون الأطباق والماء. حيث يمكنك الجمع بينها واستخدامها لتنظيف معظم الأسطح في منزلك. ابحث عن أحد وصفات التنظيف الأكثر أماناً من برنامج إدارة النفايات الخطرة عن طريق زيارة موقع التعامل مع النفايات الخطرة hazwastehelp.org.

استخدم أحد المطهرات المعتمدة من وكالة حماية البيئة (EPA) للتأكد من فعاليته في قتل الجراثيم.

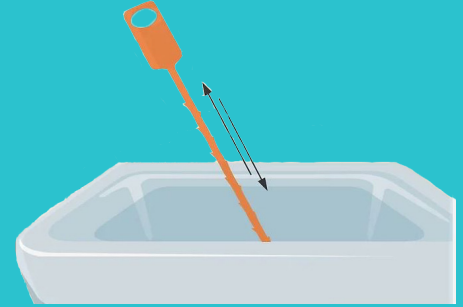
وللحصول على منتجات تعقيم أقل سمية ابحث عن المنتجات التي تحتوي على كلمة **CAUTION** (تنبيه) وليس **WARNING** (تحذير)، أو **DANGER** (خطر) أو **POISON** (سام) على ملصقها التوضيحي. وتشمل الخيارات الأخرى الأقل سمية المنتجات التي تحتوي على الإيثانول، والأيزوبروبانول (كحول الأيزوبروبيل)، وبيروكسيد الهيدروجين، وحمض اللاكتيك L-lactic، وحمض الستريك.

وفي المتوسط، يتم وسم منظم واحد من بين كل ثلاثة منظفات في المتجر بالوصف **DANGER** (خطر) أو **POISON** (سام) ، ويمكن لمعرفة المخاطر الكيميائية والبدايل الأكثر أماناً أن تساعدك على إجراء التنظيف بشكل أكثر أماناً وفعالية.

احصل على أدوات تنظيف أكثر أماناً



إسفنجة



أداة تنظيف الصرف

استخدم الماء أو أحد منتجات التنظيف الأقل سميةً لتنظيف معظم الأسطح.



قطعة قماش من الألياف
الدقيقة (ميكروفايبر)



فرشاة السجاد

1. ابدأ بالتنظيف

يعمل التنظيف على إزالة الجراثيم والأوساخ والشوائب من الأسطح أو الأشياء. ابدأ باستخدام الصابون ومحلول التنظيف الأقل سميةً والماء والاحتكاك لإزالة الأوساخ والجراثيم من الأسطح.

احرص على التنظيف قبل التعقيم

2.

ارتدِ ملابس واقية

اتخذ ما يلزم لحماية بشرتك وعينيك عن طريق ارتداء القفازات وأحد معدات حماية العين، ويفضل أن تكون النظارات الواقية. احم رتيك من خلال فتح النوافذ لتمنحك الهواء النقي.

3.

ما بعد التنظيف والتعقيم

تقضي منتجات التعقيم تقريباً على جميع الجراثيم المعدية من خلال مفعولها الكيميائي، وذلك عند استخدامها حسب الإرشادات الموضحة على ملصقها التوضيحي. وهي عديمة الأثر على الأوساخ أو الأتربة أو الغبار. وبعد تنظيف أي سطح، استخدم أحد المطهرات المعتمدة من وكالة حماية البيئة EPA والمناسبة لطبيعة السطح المراد تعقيمه. امسح هذه الأسطح مجدداً.

تعرف على المزيد حول وسائل التنظيف الأكثر أماناً وكيفية حماية عائلتك من (كوفيد-19)

لتنظيف أكثر أماناً ولقراءة نصائح حول استخدام المطهرات قم بزيارة

برنامج إدارة النفايات الخطرة لمقاطعة كينج
Hazwastehelp.org

للحصول على تحديثات ومصادر تثقيفية حول (كوفيد-19) في مقاطعة كينج قم بزيارة

Public Health-Seattle & King County
www.kingcounty.gov/depts/health

للاطلاع على معلومات حول المطهرات التي يمكن استخدامها للتعقيم من (كوفيد-19)، يرجى زيارة

وكالة حماية البيئة (EPA)
www.epa.gov/coronavirus



**Hazardous Waste
Management Program**

هل لديك استفسارات؟ المسؤول عن التواصل

Baba Badru بابا بادرو

مدير برنامج الخدمات السكنية

babatunde.badru@kingcounty.gov

(206) 263-1555

Julia Singer جوليا سينجر

برامج التوعية التثقيفية للخدمات السكنية

julia.singer@kingcounty.gov

(206) 263-1670

تتوافر تنسيقات بديلة لهذه النشرة المطبوعة بالاتصال بالرقم 206-263-8899 أو عبر
خدمة الهاتف النصي (TTY Relay) على الرقم: 711

LHWMP_0343_Arabic May 2020