

# Безопасная очистка, санитарная обработка и дезинфекция поверхностей

*Руководство по проведению эффективной и более безопасной уборки и дезинфекции в учреждениях, предоставляющих услуги для бездомных людей, во время пандемии COVID-19*



**Public Health**  
Seattle & King County



Департамент по охране здоровья и  
окружающей среды  
май 2021 г.

# Введение

Этот документ содержит руководство по проведению очистки, санитарной обработки и дезинфекции поверхностей с целью уменьшения распространения COVID-19 и других инфекционных заболеваний в учреждениях, предоставляющих услуги бездомным. Содержащиеся в этом документе рекомендации также содействуют более безопасной уборке и минимальному воздействию вредных химических веществ на персонал и гостей заведения при использовании и хранении моющих и чистящих средств.

Вирус SARS-CoV-2, вызывающий заболевание COVID-19, [передается от одного человека другому](#) тремя основными способами:

- Вдыхание воздуха, содержащего зараженные вирусом аэрозольные частицы.
- Поглощение частиц, упавших после чихания или кашля зараженного человека, через слизистые оболочки, например, глаз или полости рта.
- Прикасание к слизистым оболочкам грязными руками.

Согласно информации Центров по контролю и профилактике заболеваний (CDC), риск заражения COVID-19 от прикосновения к загрязненным поверхностям [считается низким](#). В качестве [лучших способов сокращения распространения COVID-19](#) рекомендованы: [вакцинация](#), ношение [маски, закрывающей нос и рот](#), [сохранение социальной дистанции 6 футов \(1,8 м\)](#), [избегание скопления людей в плохо проветриваемых помещениях](#), [улучшение вентиляции](#), [регулярное мытье рук](#). Тем не менее, ежедневная очистка, санитарная обработка и/или дезинфекция поверхностей также играют важную роль в предотвращении передачи респираторных и кишечных заболеваний (например, ОРВИ, гепатита А, норовируса и т. д.).

## Содержание

Определение понятий	2
Ежедневная уборка и средства индивидуальной защиты	3
Выбор средств	4
Зачем выбирать более безопасные средства?	4
Советы по технике безопасности и меры предосторожности	5–6
Проведение уборки при подозрении или подтвержденном случае заболевания	7
Самостоятельное приготовление растворов для очистки, санитарной обработки и дезинфекции	8
Ссылки	9

# Определение понятий

Понятия **очистка**, **санитарная обработка** и **дезинфекция** похожи, но используются в разных контекстах. Используйте подходящий метод для каждого из мероприятий по уборке.



## Очистка поверхностей

предусматривает удаление грязи и мусора мылом или другим чистящим средством с последующим ополаскиванием водой.

**Всегда очищайте поверхность перед санитарной обработкой или дезинфекцией**, особенно если она выглядит грязной. Средства для санитарной обработки и дезинфекции гораздо менее эффективны на грязных поверхностях.

## Санитарная обработка

снижает количество микробов на поверхности до безопасного уровня и уменьшает риск распространения инфекций.

Санитарная обработка проводится для **поверхностей, контактирующих с пищевыми продуктами** (например, посуды, кухонных столов, бытовой техники), и **детских игрушек, которые можно легко протереть**, поскольку средства для санитарной обработки менее опасны для здоровья.

**Дезинфекция** позволяет уничтожать микробы и останавливать их размножение. Агентство по охране окружающей среды (EPA) регулирует применение дезинфицирующих средств для обеспечения их эффективности. **Применяйте только зарегистрированные EPA дезинфицирующие средства.**


Проводите дезинфекцию туалетов и поверхностей, к которым часто прикасаются, один раз в день (или чаще, при необходимости).

## **ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ:**

Злоупотребление дезинфицирующими средствами может быть опасно. **Старайтесь использовать средства для дезинфекции не чаще одного раза в день** кроме случаев заболевания, необходимости уборки биологических жидкостей (кровь, рвотные массы, фекалии, моча), а также кроме часто посещаемых мест или комнат.

# Ежедневная уборка

Следующие рекомендации относятся к ежедневной уборке при отсутствии подозрений или подтвержденных случаев COVID-19 (или других инфекционных заболеваний) у находящихся в учреждении лиц. Руководство по проведению уборки при подозрении или подтвержденном случае заболевания COVID-19 содержится на странице 7.

Поверхность/помещение	Частота уборки
<p>Туалеты</p> 	<p>Убирайте и <u>дезинфицируйте</u> туалеты не реже одного раза в день, в зависимости от использования.</p>
<p>Поверхности, к которым часто прикасаются</p>  <p>(например, дверные ручки, раковины, поручни, компьютеры, кнопки лифтов и т. д.)</p>	<p>Убирайте и <u>дезинфицируйте</u> поверхности, к которым часто прикасаются, не реже одного раза в день (1 раз/день).</p> <p>Примечание: при необходимости проводите очистку (или очистку и дезинфекцию) поверхностей более часто. Более подробные указания можно найти в документе <a href="#">CDC Уборка и дезинфекция помещений</a>.</p>
<p>Кухни / поверхности, контактирующие с пищевыми продуктами, игрушки</p> 	<p>Проводите очистку и <u>санитарную обработку</u> кухонных поверхностей после каждого использования. Следует регулярно проводить очистку и санитарную обработку детских игрушек.</p> <p>Примечание: более подробные указания по уборке на кухне можно найти в документе <a href="#">Руководство по улучшению санитарных условий и гигиены</a>, изданном местным органом здравоохранения.</p>

## Средства индивидуальной защиты

Примите во внимание эти основные рекомендации по безопасному использованию химических веществ. Дополнительные советы по технике безопасности находятся на страницах 5 и 6.



Откройте окна и двери, чтобы обеспечить приток свежего воздуха.



Следуйте инструкции на упаковке относительно пропорций смешивания, времени контакта и средств индивидуальной защиты (СИЗ).



Не смешивайте чистящие средства.



Пользуйтесь необходимыми СИЗ и рассмотрите возможность оборудования станции для промывки глаз.



Мойте руки сразу же после того, как снимаете СИЗ.

*Примечание:* законодательство штата Вашингтон предусматривает использование определенных дезинфицирующих средств в зоне расположения станции для промывки глаз.

## ЗАЧЕМ выбирать более безопасные средства?

- ✓ **Защитите** людей от воздействия моющих и чистящих средств. Сильнодействующие химические вещества могут вызвать раздражение слизистой оболочки глаз и горла, спровоцировать головные боли или приступ астмы.
- ✓ **Уменьшите влияние** токсичных веществ. Некоторые последствия для здоровья наступают сразу же (например, приступ астмы), а другие развиваются лишь спустя годы или десятилетия.
- ✓ **Безопасность детей.** Дети (и домашние животные) более восприимчивы к воздействию токсичных химикатов по сравнению с взрослыми.



Астма



Раздражение кожи



Раздражение слизистой оболочки глаз



Головные боли

- ✓ **Перечень дезинфицирующих средств, одобренных для борьбы с COVID-19, приведен в [Списке N EPA](#).** Обращайтесь к нему при выборе подходящего дезинфицирующего средства.

- ✓ **Используйте дезинфицирующие средства с более безопасным активным веществом, например:**

- Перекись водорода
- Этиловый или изопропиловый спирт
- Лимонная кислота
- L-молочная кислота
- Надуксусная кислота



- ✓ **По возможности покупайте сертифицированные товары, более безопасные для здоровья и окружающей среды. Примеры маркировки:**



- ✓ **На кухне всегда используйте обеззараживающие и чистящие вещества, одобренные для контакта с пищевыми продуктами.** Информация об этом должна содержаться на этикетке товара.

- ✓ **Обращайте внимание на «сигнальное слово», нанесенное на упаковку товара.** Сигнальные метки **⚠ DANGER** (ОПАСНО) и **⚠ WARNING** (ВНИМАНИЕ) означают, что товар обладает высокой или средней токсичностью.

Выбирайте товары с сигнальным словом **⚠ CAUTION** (ОСТОРОЖНО) или **без сигнальных слов**, поскольку они менее токсичны.

- ✓ **По возможности выбирайте мыло и моющие средства без ароматизаторов.** Всегда покупайте отбеливатель без ароматизаторов.



# Советы по технике безопасности

- ✓ **Перед уборкой незадействованные люди должны покинуть помещение**, чтобы избежать воздействия химических аэрозолей и запахов. **Обязательно откройте окна и двери** для максимального притока свежего воздуха и вентиляции.



- ✓ **При разведении химических веществ следуйте указаниям на упаковке.** Если вы чувствуете запах химического вещества во время уборки, это может означать, что его слишком много.



- ✓ **Повторно заправляйте бутылки с пульверизатором через каждые 24 часа**, чтобы дезинфицирующее вещество оставалось эффективным. Разведенную в воде хлорку, находящуюся в открытом контейнере (например, в ведре), необходимо менять каждые 2–4 часа или по мере помутнения.



- ✓ **На все бутылки и контейнеры с химическими веществами должны быть нанесены названия соответствующих веществ.**



- ✓ **Обращайте внимание на рекомендованное для каждого вещества время контакта с поверхностью** (время влажной обработки). Время контакта с поверхностью — это количество времени (например, от 30 секунд до 10 минут), в течение которого вещество должно находиться в жидком состоянии на поверхности для того, чтобы эффективно уничтожить соответствующие микробы.



- ✓ **Храните моющие и чистящие вещества в безопасном сухом и прохладном месте**, вдали от пищевых продуктов и вне зоны доступа детей. Проверяйте сроки хранения веществ, чтобы быть уверенными в их эффективности.



# Меры предосторожности

- ❌ **Не готовьте и не используйте растворы химических средств в плохо вентилируемых помещениях или поблизости от детей и людей из группы риска.**



- ❌ **По возможности не используйте бутылки с пульверизатором, чтобы уменьшить образование аэрозольных капель химических веществ при уборке. Вместо этого используйте специальные салфетки или бутылки с пробками для разлива и дозаторами.**

*Примечание:* при использовании бутылки с пульверизатором смочите соответствующим раствором бумажное полотенце, а не распыляйте средство по поверхности на расстоянии.



- ❌ **Распыление дезинфицирующего средства в воздухе не эффективно для уничтожения аэрозольных частиц, содержащих вирус SARS-CoV-2, или других возбудителей заболеваний. Неправильное использование химических веществ или их использование не в соответствии с инструкцией может принести больше вреда, чем пользы.**



- ❌ **Не рекомендуется использовать туманообразователи, аэрозольные и электростатические распылители, а также «бомбы» с химическими веществами в помещениях и на поверхностях для контроля распространения COVID-19. Такие устройства приводят к образованию [аэрозольных частиц химических веществ](#), которые могут долго находиться в воздухе во взвешенном состоянии.**



- ❌ **Продукты для дезинфекции, на этикетки которых не нанесен номер регистрации EPA, могут оказаться опасными или неэффективными. Федеральное законодательство требует обязательной регистрации дезинфицирующих средств в EPA.**

# Проведение уборки при подозрении или подтвержденном случае заболевания COVID-19



**Шаг 1. Исключите доступ ко всем помещениям**, которые посещал больной, и не входите туда как можно дольше (не менее 3–5 часов), а затем приступите к уборке и дезинфекции.

## Очистка и дезинфекция поверхностей



**Шаг 2. Откройте наружные двери и окна**, используйте вентиляторы или систему отопления, вентиляции и кондиционирования воздуха, чтобы увеличить циркуляцию воздуха. Позаботьтесь о том, чтобы вентиляторы гнали воздух из помещения. Рекомендации по улучшению вентиляции можно найти в документе местного органа здравоохранения [Руководство по улучшению качества воздуха в помещениях](#).



**Шаг 3. Используйте необходимые СИЗ** (например, перчатки, маски, защитную одежду, очки и т. д.).



**Шаг 4. Пользуйтесь дезинфицирующим средством из [Списка N EPA](#)**. Если это возможно, используйте продукты с более безопасными ингредиентами.



**Шаг 5. Обработайте все поверхности, к которым прикасается человек с подозрением на заболевание или с подтвержденным диагнозом**, уделяя особое внимание поверхностям, к которым часто прикасаются.

### **Примечание:**

- ❖ Если прошло более трех дней, то дополнительная очистка и дезинфекция поверхностей (сверх обычных) не требуются.
- ❖ Более подробные указания можно найти в документе CDC [Уборка и дезинфекция помещений](#).

## Самостоятельное приготовление растворов для очистки, санитарной обработки и дезинфекции

Средство для очистки (многоцелевое)	Санитарная обработка (кухонных поверхностей и детских игрушек)	Дезинфицирующее средство (для борьбы с COVID-19)	Специальное дезинфицирующее средство (для борьбы с гепатитом А, норовирусом и для уборки биологических жидкостей)
1–2 чайные ложки (ч. л.) мыла или моющего средства без ароматизаторов + 1 стакан воды	1 столовая ложка отбеливателя без ароматизаторов + 1 галлон (3,8 л) холодной воды –или– 1 ч. л. + 1 кварта (0,95 л) холодной воды	1/3 стакана отбеливателя без ароматизаторов + 1 галлон (3,8 л) холодной воды –или– 4 ч. л. отбеливателя + 1 кварта (0,95 л) холодной воды –или– <a href="#">Список N</a> одобренных EPA дезинфицирующих средств для борьбы с COVID-19	1 стакан отбеливателя без ароматизаторов + 1 галлон (3,8 л) холодной воды



1. [Руководство по улучшению санитарных условий и гигиены](#) (округ Кинг)
2. [Проведение уборки и дезинфекции в школах для замедления распространения гриппа](#) (CDC)
3. [Чем отличаются продукты для дезинфекции, санитарной обработки и очистки поверхностей?](#) (EPA)
4. [Руководство по улучшению качества воздуха в помещениях](#) (округ Кинг)
5. [Уборка и дезинфекция помещений](#) (CDC)
6. [Альтернативные способы дезинфекции](#) (CDC)
7. [Научная справка. Передача SARS-CoV 2](#) (CDC)
8. [Передача вируса SARS-CoV-2 через прикосновение к поверхностям в помещениях](#) (CDC)
9. [Безопасная уборка и COVID-19](#) (округ Кинг)
10. [Очистка, санитарная обработка и дезинфекция поверхностей — материалы на испанском языке](#) (округ Кинг)
11. [Выбирайте более безопасные и безвредные для окружающей среды продукты](#) (округ Кинг)

---

## Вопросы?

Обратитесь к группе HEART (Health Engagement Action Resource Team) местного органа здравоохранения по адресу [CHS.HEART@Kingcounty.gov](mailto:CHS.HEART@Kingcounty.gov), чтобы получить более подробную информацию о безопасной уборке во время пандемии COVID-19 и о мерах по предотвращению заболеваемости в учреждениях, которые предоставляют услуги бездомным.