Главные правила уборки дома, которые помогут уберечься от коронавируса.

**1.Проводите влажную уборку с использованием дезинфицирующих средств.**

Достаточно делать это раз в два дня. Если у вас дома кто-то болеет ОРВИ или другими простудными заболеваниями, делайте влажную уборку каждый день с использованием дезинфицирующих средств.

**2.Поддерживайте хороший микроклимат в квартире.**

Вирус проникает в организм через нос и горло — если вы хорошо их защитите, у инфекции будет меньше шансов. А чтобы обезопасить себя, нужна не только антибактериальная уборка квартиры, но и условия, при которых ваши слизистые не будут пересыхать:

– регулярно проветривайте помещения (как следует, со сквозняками);

– поддерживайте температуру на уровне +18… +20 °C (прохладнее, но безопаснее);

– следите за относительной влажностью воздуха: правильно держать ее на отметке 40–60% (зимой это делается при помощи увлажнителя, а сейчас достаточно просто проводить частые влажные уборки).

**3. Для дезинфекции квартиры обрабатывайте поверхности, к которым вы чаще всего прикасаетесь руками: дверные ручки, столы, выключатели, смесители, пульт и т. д.**

Выполняйте эту процедуру несколько раз в день.

Если какая-то поверхность грязная, перед дезинфекцией отмойте ее стандартным моющим средством. А также помните, что дезинфицирующие растворы могут портить отдельные типы поверхностей (дерево, металл, пластик и т. д.). Поэтому перед употреблением прочитайте инструкцию.

**4. Стирка.** Нижнее белье, полотенца и постельное белье эксперты рекомендуют стирать при температуре 60 °C. Существует специальный биологически активный стиральный порошок, убивающий опасные микроорганизмы при 40 °C. За 28 минут в сушилке на высоком режиме бактерии погибают. Сушите белье под прямыми солнечными лучами, это тоже способствует обеззараживанию.

**5. Посуда и кухонная утварь.**Ученые говорят, что коронавирус может жить до пяти дней на поверхностях из нержавеющей стали, стекла, керамики и пластика. Необходимо мыть посуду и кухонную утварь в посудомойке на самой высокой температуре. Те, кто моет посуду вручную, должны надевать резиновые перчатки и использовать самую горячую воду, какую только можно выдержать. Безопаснее использовать сушилки, чем протирать тарелки полотенцем.

**6. Позаботьтесь о детях!**Дети распространяют инфекции, чихая и кашляя на игрушки, а потом делясь ими с другими ребятами. Твердые игрушки можно положить в посудомойку, а мягкие — в стиральную машину и стирать на 60 °C. Лучше избегать детских праздников и обмена игрушками, пока эпидемия не пойдет на спад.

**7. Обязательно мойте руки!**Это самое важное правило. Ведь даже если вы не успели, когда необходимо, смахнуть пыль, но вовремя и правильно помыли руки после соприкосновения с поверхностью, это вас спасет. Мыть руки нужно обязательно с мылом, в проточной воде не менее 20 секунд. Если рядом нет воды, обрабатывайте руки спиртосодержащим раствором.

**Напоминаем! Если у близкого человека появились признаки простуды, до прибытия медицинской помощи:**

* разместите его в отдельной комнате;
* наденьте маску на близкого и на себя;
* по возможности наденьте перчатки;
* складывайте использованные маски и бумажные платки в полиэтиленовый пакет и завязывайте его перед тем, как выбросить.