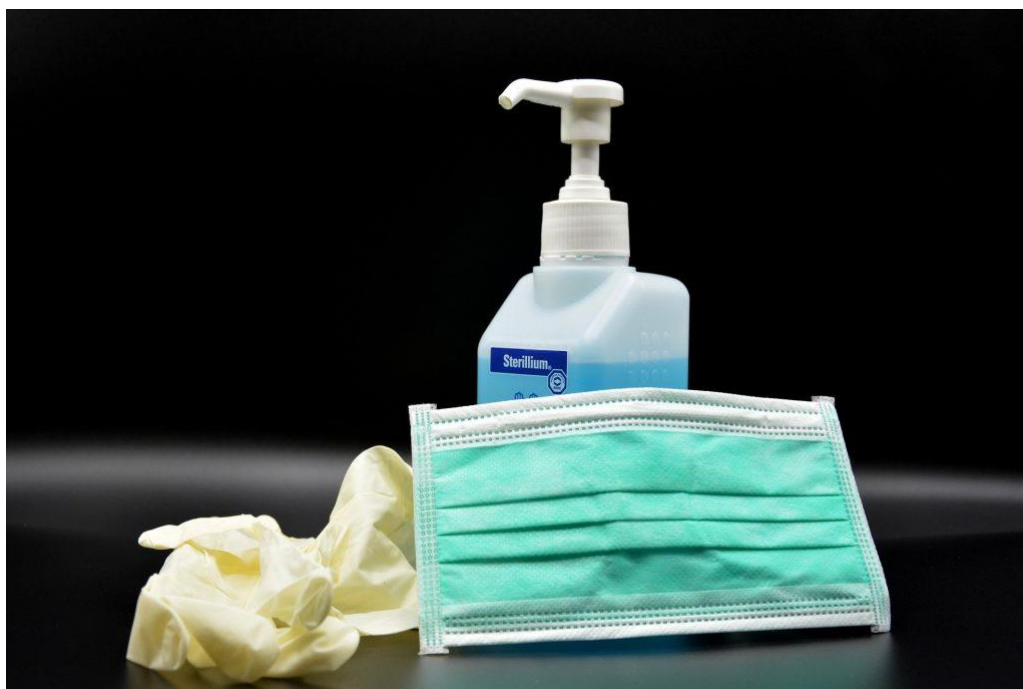


# Koronavirus u vás doma: Jak správně dezinfikovat v domácnosti?

Pacientů s koronavirem stále přibývá, ale většina z nich má naštěstí tak lehký průběh nemoci, že se mohou léčit doma. Každého pak asi napadne, zda se musí bezpodmínečně nakazit i zbytek rodiny. A jak se bránit tomu, aby se to nestalo...



Koronaviry, které způsobují onemocnění COVID-19, se přenášejí hlavně kapénkovou nákazou a druhotně i přenosem z povrchů, na které kapénky s virem dopadly. Pokud je tedy jeden člen rodiny nemocný – ať již s potvrzeným koronavirem, nebo zatím jen v karanténě, je zapotřebí dodržovat pravidla maximální hygieny a dezinfekce. Pro běžnou domácnost to není zrovna běžná situace, proto máme pár rad, jak to udělat správně!

## **Jak dlouho jsou povrchy infekční?**

Abyste domácnost zbavili infekce, musíte vědět, jak dlouho SARS-CoV-2 přežije. Vědci zjistili, že ve vzduchu to jsou minimálně tři hodiny ve formě aerosolu. Koronavir byl v malém množství stále detekovatelný na plastech po 72 hodinách (poločas života 6,8 hodiny), na nerezové oceli byl detekovatelný po 48 hodinách (poločas života 5,6 hodiny), na kartonu nebyl žádný virus detekovatelný po 24 hodinách a na mědi po 4 hodinách.

## **Jak dezinfikovat textil**

Nejen nemocný, ale i ostatní členové rodiny by se měli v rámci prevence infekce častěji převlékat, prát ručníky a utěrky a také dezinfikovat textilie

v domácnosti. U praní věcí, které nosil nebo používal nemocný, platí, že byste je, jestliže to materiál dovolí, měli prát minimálně na 60 °C nebo dokonce vyvářet. Ideální je pak dát prádlo ještě do sušičky a vyžehlit. A převlékat by se měl denně! Takové prádlo berte jako infekční materiál – manipulujte s ním opatrně, než ho vyperete, nechejte ho v uzavřeném pytlí a sahejte na něj v rukavicích, s rouškou a ideálně i omyvatelnou zástěrou. Na závěsy, záclony i koberce se prodávají speciální přípravky, které je dezinfikují, ale nemění jejich barevnost. Bohužel není jisté, že je seženete. Výhodou jsou materiály, které jdou prát, vyžehlit na vyšší teplotu nebo ošetřit třeba párou – té je zapotřebí dostatečné množství a doba působení alespoň 10 minut. Textilní povrchy lze ošetřit i 3% peroxidem vodíku. Pozor – někdy je k dostání peroxid v ředění 30 %, což je žíravina, se kterou musíte pracovat v ochranných rukavicích a s ochrannými brýlemi! Roztoky peroxidu vodíku nejsou dlouhodobě stále a postupně ztrácí svou účinnost, takže si jich nedělejte velkou zásobu.

### **Jak dezinfikovat potraviny?**

Bojíte se přenosu viru z potravin, pokud se jich nemocný dotýkal? Balené potraviny – tedy jejich nepropustné obaly, můžete otřít mýdlovou vodou nebo roztokem ethanolu. Zeleninu a ovoce stačí dobře omýt mýdlem a vodou. Nebalené pečivo můžete nechat rozpéct v troubě nebo toustovači. Potraviny obecně stačí tepelně upravit – tedy uvařit nebo upéct. Samozřejmě je lepší, když s potravinami pracujete v rukavicích a ihned umyjete i použité náčiní!

Trvanlivé potraviny, které hned nebudete potřebovat, také můžete nechat po dobu alespoň čtyř dní na bezpečném místě „v karanténě“.

### **Dezinfekce velkých ploch a omyvatelných materiálů**

Počítejte s tím, že úklid a dezinfekce budou vaší „zábavou“ dokonce i několikrát denně. Platí to hlavně v případě, že je někdo z rodiny nemocný, nebo má na koronavirovou infekci podezření. Pak by bylo vhodné dezinfikovat WC a koupelnu pokaždé, pokud ji použije. Připravte se, že budete muset dezinfikovat všechno, co nemocný používá, na co sahá. A jaké přípravky na to použít?

Na větší plochy, dlaždičky v koupelně, umývadlo, vanu nebo WC můžete použít 0,2% roztok chlornanu sodného – připravíte ho přidáním 4 dílů Sava original (nebo podobného prostředku s cca 5% chlornanem sodným) do 100 dílů vody. Tato koncentrace odpovídá přibližně jedné 2dl sklenici na 5 litrů vody. K zesílení čisticího účinku můžete k roztoku přidat běžné množství saponátu na nádobí. Při manipulaci s přípravky, které obsahují chlor, musíte zvážit, zda nemohou dezinfikovanému povrchu ublížit – poleptat ho nebo odbarvit, je také nutné dodržovat bezpečnostní opatření, protože jsou toxické.

K dezinfekci podlah, nábytku, dřevěných povrchů a zdí lze použít i přípravky obsahující kvarterní amoniové soli, například Sanytol, Dettol či

Ajatin. Přestože neposkytují dostatečnou ochranu vůči všem typům mikroorganismů, v případě SARS-CoV-2 je jejich účinnost dostatečná. Alternativou je také dezinfekce s použitím prostředků na bázi jodu, například jodpovidon (přípravky Betadine, Jodisol, Jox). Virové částice jsou po vystavení 0,25% roztoku jodpovidonu inaktivovány během 60 sekund. Pozor – zabarví všechny porézní povrchy dohněda a narušují silikon. Povrchy, které by se mohly zabarvit, odbarvit nebo zkorodovat, můžete ošetřit 3% peroxidem vodíku. Ke zvýšení účinnosti na mastných površích je možné k němu přidat i malé množství saponátu.

### **Dezinfekce malých předmětů**

Při dezinfekci nezapomínejte ani na drobné věci, jako je třeba teploměr, mobil nebo klíče. Vhodné jsou přípravky s ethanolem nebo isopropanolem – lze využít i ty v technické čistotě. Pozor na elektrická a elektronická zařízení, abyste je nezničili, pokud nejsou vodotěsné.

### **Věci, které dezinfikovat nejde**

Může se stát, že nemocný sahal, nebo mohl jinak infikovat, předmět, na který dezinfekci použít nemůžete. Takový byste měli umístit do karantény – postarat se, aby na něj nikdo minimálně čtyři dny nesahal. Taková metoda je dobrá třeba v případě knih, šanonů se spisy a podobně.