ԿԱՊԻԿԻ ԾԱՂԻԿ

Կոմերցիոն նշանակության բնակավայրերի մաքրման և ախտահանման ուղեցույց

Այս ուղեցույցը կոմերցիոն նշանակության բնակավայրերի համար է, որտեղ բնակվում են մարդիկ և որտեղ կարող են լինել կապիկի ծաղկով հիվանդ մարդիկ: Մաքրման վերաբերյալ այլ ցուցումների համար տե՛ս Հիվանդությունների Կանխարգելման և Վերահսկման Կենտրոնների (CDC) կայքէջը՝ «Ձեր տան, աշխատավայրի և համայնքային այլ վայրերի մաքրումն ու ախտահանումը»:

Կապիկի ծաղիկը տարածվում է մարդկանց միջև հիմնականում վարակիչ վերքերի, մաշկի կեղևի կամ մարմնի հեղուկների հետ անմիջական շփման միջոցով: Դրա տարածման հիմնական միջոցը ախտանիշներ ունեցող մարդկանց հետ սերտ մտերմիկ (ինտիմ) շփումն է, հիմնականում սեռական հարաբերության ժամանակ: Հնարավոր է վարակվել այն մակերեսին դիպչելուց հետո, որն օգտագործել է կապիկի ծաղիկով հիվանդը: Սակայն մեծ մասամբ մակերեսին դիպչելուց վարակվելու վտանգը փոքր է:

Կոմերցիոն բնակավայրերը, որտեղ բնակվում են կապիկի ծաղիկով վարակված մարդիկ, կարող են քայլեր ձեռնարկել՝ նվազեցնելու վիրուսի փոխանցման վտանգը մյուս մարդկանց և աշխատակիցներին: Անձնակազմի անդամները չպետք է մտնեն սենյակ, քանի դեռ այնտեղ մեկուսացված անձ կա, եթե արտակարգ իրավիճակ չէ: Մաքրումը և ախտահանումը պետք է արվեն անձի հեռանալուց հետո:

Այս հիմնական քայլերը ներառում են՝

- Ձեռքերի պատշաճ հիգիենա
- Անձնական Պաշտպանիչ Հանդերձանքի (PPE) օգտագործում
- Պատշաճ մաքրում և ախտահանում
- Թափոնների պատշաճ հեռացում

Ձեռքերի հիգիենա

Աշխատակիցները պետք է խստորեն պահպանեն ձեռքերի հիգիենան (այսինքն՝ լվանան ձեռքերը օճառով և ջրով կամ օգտագործեն ալկոհոլային հիմքով ձեռքի քսուք) նախքան մտնելը այն սենյակ, որտեղ անձը մեկուսացված է կամ մեկուսացվել է, շփվելուց հետո այն հագուստի, սպիտակեղենի կամ շրջակա միջավայրի մակերեսների հետ (օրինակ՝ սեղանների մակերեսներ, զուգարանի նստատեղեր), որոնք կարող են դիպչած լինել վնասված հատվածին, և հանելուց հետո PPE:

Անձնական Պաշտպանիչ Հագուստ (PPE)

Անձնակազմը պետք է առնվազն կրի **մեկանգամյա օգտագործման բժշկական ձեռնոցներ** և **շնչառական սարք (repirator)(օրինակ՝ N95) կամ դեմքը լավ գրկող դիմակ,** ինչպես նաև **մեկանգամյա օգտագործման** հագուստ (gown), երբ մաքրում և ախտահանում է այն տարածքը, որտեղ մեկուսացված է կամ մեկուսացվել է որևէ անձ: Ձեռքերի մաքրությունը պետք է պահպանվի մինչև PPE հագնելը և PPE-ն հանելուց հետո:

Խնդրում ենք ստուգել PDF հղումը՝ տեսանյութի համար, որը ներկայացնում է, թե ինչպես հագնել (don) և հանել (doff) PPE-ն:

Կոմերցիոն նշանակության բնակավայրերի մաքրման և ախտահանման ուղեցույց

Աշխատակիցները պետք է ձեռքի տակ և պատրաստ ունենան մաքրման և ախտահանման բոլոր նյութերը, որպեսզի ստիպված չլինեն մի քանի անգամ մտնել սենյակ և դուրս գալ և որպեսզի նվազագույնի հասցնեն խաչաձև աղտոտումը:

Մաքրում և ախտահանում

Որպեսզի նվազեցնեք վիրուսի տարածման վտանգը, մաքրեք և ախտահանեք հետևյալ հաջորդականությամբ.

1. **Ընդհանուր թափոնների հավաքում**
   a. Հավաքեք և ամուր կապվող տոպրակի մեջ պահեք բոլոր աղտոտված թափոնները, ինչպիսիք են՝ վիրակապերը, թղթե սրբիչները, սննդի տուփերը և ընդհանուր աղբը:

2. **Լվացք**
   a. Հավաքեք աղտոտված հագուստը և սպիտակեղենը նախքան սենյակում որևէ այլ իր մաքրելը: Մի՛ թափահարեք սպիտակեղենը, քանի որ դա կարող է տարածել վարակիչ մասնիկները:
   b. Լվացքը չպետք է խառնվի մյուս հյուրերի լվացքի հետ:
   c. Խուսափեք աղտոտված լվացքը թափահարելուց, քանի որ դա կարող է տարածել վարակիչ մասնիկները:
   d. Լվացեք սովորական լվացքի մեքենայում լվացող միջոցներով՝ հետևելով պիտակի հրահանգներին: Կարող են օգտագործվել լվացքի ախտահանիչներ, սակայն դրանք անհրաժեշտ չեն:

3. **Կոշտ մակերեսներ և կենցաղային այլ իրեր**
   a. Մաքրեք և ախտահանեք հաճախակի հպման կոշտ մակերեսները Շրջակա Միջավայրի Պաշտպանության Գործակալության (EPA) ցանկում գրանցված ախտահանիչներով՝ համաձայն արտադրողի ցուցումների («Ախտահանիչներ՝ առաջացող վիրուսային պաթոգենների համար. ցուցակ Q»): Սա ներառում է հաճախակի հպման մակերեսները, ինչպիսիք են՝ սեղանները, խոհանոցի և բաղնիքի կահույքի մակերեսները, դռների բռնակները, զուգարանակոնքի բռնակները, ծորակները, լույսի անջատիչները և հատակը:
   b. Նախընտրելի են խոնավությամբ մաքրող տարբերակները, ինչպիսիք են ախտահանող թաց անձեռոցիկները, ցողիչները և հատակը թրջելով մաքրելը
   c. Ընդգրկեք սառնարանների, սառցախցիկների և այլ սարքերի ներքին մակերեսները, պահարանների ներսի տարածքները կամ դարակները, եթե դրանց դիպչել է կապիկի ծաղիկով հիվանդ անձը:
   d. Կեղտոտ ափսեները և սպասքը լվացեք ման լվացող մեքենայում՝ լվացող միջոցներով և տաք ջրով, կամ ձեռքով՝ տաք ջրով և սպասքի օճառով:
   e. Չոր միջոցներով փոշին մի վերցրեք և մի ավլեք, քանի որ դրանք կարող են տարածել վարակիչ մասնիկներ:

4. Պաստառապատված կահույք, գորգեր և այլ փափուկ կահույք

a. Եթե կապիկի ծաղիկով հիվանդ անձը մաշկի անմիջական շփում է ունեցել փափուկ կահույքի հետ և/կամ ցանային հատվածից հեղուկի շատ արտահոսք է եղել փափուկ կահույքի վրա, ինչպիսիք են՝ պաստառապատ կահույքը, գորգերը, ծածկոցները և ներքնակները, կարելի է դիտարկել գոլորշիով մաքրելը:

b. Եթե կապիկի ծաղիկով հիվանդ անձը նվազագույն շփում է ունեցել փափուկ կահույքի հետ, ապա ախտահանեք մակերեսը այդ մակերեսին համապատասխան ախտահանիչով:

c. Փոշեկուլով մաքրումն ընդունելի է, եթե օգտագործվում է բարձր արդյունավետությամբ օդային զտիչով փոշեկուլ: Եթե դա հասանելի չէ, հավաստիացեք, որ փոշեկուլով մաքրող անձը կրում է դեմքը լավ գրկող դիմակ կամ շնչառական սարք (respirator):

d. Ներքնակը պաշտպանելու համար խորհուրդ է տրվում օգտագործել անջրանցիկ պաշտպանիչներ, որոնք մաքրվում են հյուրերից առաջ և հետո:

5. Մեքենաների մաքրում և ախտահանում

a. Մաքրեք և ախտահանեք մեքենայի ներքին կոշտ, ոչ ծակոտկեն մակերեսները (կոճակներ, անջատիչներ, սենսորային էկրան, դռների բռնակներ, ղեկ, հայելիներ, ապակիներ, կենտրոնական վահանակ և այլն)՝ արտադրողի ցուցումների համաձայն օգտագործելով EPA-ում գրանցված ախտահանիչ:

b. Գոլորշու միջոցով մաքրեք պաստառապատ/փափուկ նյութը (գործվածք, գորգ, նստատեղեր, արևապաշտպան միջոցներ, առաստաղ և այլն) և մեքենայի ներսի ծակոտկեն այլ մակերեսներ, եթե կապիկի ծաղիկով վարակված անձը ունեցել է մաշկի անմիջական շփում դրանց հետ և/կամ նրա ցանից հեղուկի շատ արտահոսք է եղել այդ մակերեսների վրա: Նկատի ունեցեք ախտահանել մակերեսը համապատասխան ախտահանիչով, եթե կապիկի ծաղիկով հիվանդը նվազագույն շփում է ունեցել ծակոտկեն մակերեսների հետ:

6. Թափոնների հեռացում

a. Աղտոտված թափոնների հեռացումը պետք է շարունակվի բնականոն կերպով: Աղտոտված թափոնները (օրինակ՝ ձեռնոցներ, վիրակապեր, մաքրող միջոցներ) հեռացնելու համար խորհուրդ է տրվում սենյակում օգտագործել աղտոտված իրերի համար առանձնացված աղբի տարա՝ հեռացվող տոպրակ/ ներդիրով:

Մաքրման ստուգաթերթիկ. կատարվում է հետևյալ հաջորդականությամբ

Կատարված է	Գործողություն
Այո □ Ոչ □	**Նախքան սենյակ մտնելը պահպանել ձեռքերի հիգիենան և կրել Անձնական Պաշտպանիչ Հագուստ (PPE)** • Մեկանգամյա օգտագործման բժշկական ձեռնոցներ • Մեկանգամյա օգտագործման հագուստ (gown) • Շնչառական միջոց (respirator) կամ դեմքը լավ գրկող դիմակ
Այո □ Ոչ □	**Ընդհանուր թափոնների հավաքում** • Հավաքել բոլոր կոշտ թափոնները, մեկանգամյա օգտագործման իրերը, ներառյալ հիգիենայի պարագաները և ընդհանուր աղբը, և տեղավորել փակ պլաստիկ տոպրակի մեջ՝ թափելու համար:
Այո □ Ոչ □	**Լվացք** • Նախքան սենյակում որևէ այլ բան մաքրելը հավաքել աղտոտված հագուստը և սպիտակեղենը: Տեղադրել դրանք լվացքի մեկանգամյա օցտագործման կամ մաքուր տոպրակի մեջ: • Առանձին պահել մյուս հյուրերի լվացքից:
Այո □ Ոչ □	**Մաքրել և ախտահանել կոշտ մակերեսները և կենցաղային մյուս իրերը** • Մաքրել և ախտահանել հաճախակի հպման մակերեսները, ինչպիսիք են՝ ○ Սեղանները ○ Խոհանոցի և բաղնիքի կահույքի մակերեսները ○ Դռների բռնակները ○ Զուգարանակոնքի բռնակները ○ Ծորակները ○ Լույսի անջատիչները ○ Հեռակառավարման սարքերը ○ Հատակը ○ Սառնարանը ○ Սառցախցիկը ○ Դարակները • Կեղտոտ ափսեները և սպասքը լվանալ ամանլվացող մեքենայում՝ լվացող միջոցներով և տաք ջրով, կամ ձեռքով՝ տաք ջրով և սպասքի օճառով:
Այո □ Ոչ □	**Մաքրել պաստառապատ կահույքը, գորգը և փափուկ այլ կահույքը** • Ախտահանել մակերեսը համապատասխան ախտահանիչով ○ Բազմոց ○ Բարձեր ○ Գորգ ○ Ծածկոցներ ○ Ներքնակ

Այո □ Ոչ □	**Թափոնների հեռացում** • Բոլոր թափոնները տեղադրել առանձնացված աղբարկղերում, որոնք ունեն հեռացվող տոպրակ/ ներդիր, և հեռացնել թափոնների հետ վարվելու կանոնավոր արձանագրություններին համապատասխան:
Այո □ Ոչ □	**Անձնական Պաշտպանիչ Հանդերձանքի (PPE) հեռացում և ձեռքերի հիգիենա** • PPE-ն նետել հատուկ, առանձնացված աղբի տարայում:
Այո □ Ոչ □	**Հագնել նոր մեկանգամյա օգտագործման բժշկական ձեռնոցներ և ախտահանել մաքրման սայլակը նախքան հաջորդ սենյակ տեղափոխվելը:**

Հղում՝ «Ձեր տան, աշխատավայրի և համայնքային այլ վայրերի մաքրումն ու ախտահանումը»: