

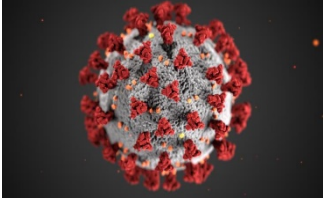
清洁行业安全提示单

旨在防止清洁行业中工作相关伤害的一系列健康与安全提示



2020年3月

第2期，第1卷



您知道如何防范COVID-19吗？注意症状：

以下症状可能在接触病毒后2至14天内出现。



咳嗽



气喘



发烧

如果您有以下情况，请致电您的医生...

- 感觉生病，并且与COVID-19感染者有过密切接触，或者
- 最近有旅行至COVID-19 [广泛传播的地区或持续性传播的社区](#)。

保护您的健康： 感染者可通过其咳嗽或打喷嚏时产生的微小飞沫散播COVID-19。使用以下方法预防COVID-19的传播：

- 避免与生病之人密切接触。
- 不要触摸您的眼睛、鼻子和嘴巴。
- 当您生病时，待在家中。
- 使用纸巾遮挡住咳嗽或喷嚏，并将用过的纸巾扔进垃圾桶。
- 对经常接触的物体和表面进行**清洁和消毒**，如需消毒，稀释的家用消毒液、含有至少70%酒精的酒精溶液，以及最常见的环境保护局 (Environmental Protection Agency, EPA) 注册的家用消毒剂应该有效 ([参见针对此病毒的EPA消毒剂清单](#))。
 - 此病毒可在表面最多存活**72小时**。
- 遵循CDC的建议使用口罩
- 经常清洁您的双手！
 - 擦洗您的双手至少20秒。需要计时器？完整哼两遍“生日快乐歌”即可。
 - 在干净的流水下彻底清洗您的双手。
 - 用干净的毛巾擦干您的双手或自然风干。

在工作中保护自己： 根据CDC，预防疾病的步骤包括清洁和消毒。如果您被要求对出现COVID-19确诊病例的区域进行消毒，请确保穿戴适当的个人防护设备 (Personal Protective Equipment, PPE)；确保您的雇主已经培训您如何消毒，[以及遵循CDC消毒指南](#)，其中包括但不限于：

- 1) 用清洁剂或通用清洁剂清洁表面。清洁是该过程重要的第一步，因为其从根本上去除表面的污垢、有机物质和许多细菌。
- 2) 用干净的水冲洗表面。
- 3) 消毒应该最后进行，以确保清洁后残留的细菌被消灭。当直接在肮脏的表面进行消毒时，消毒剂并不会那么有效，因为细菌和病毒可以隐藏在污垢下面。
 - 至关重要的是，要遵循标签上针对**包膜病毒**的使用说明，其适用于引起**COVID-19**的冠状病毒。**消毒剂可能需要最多10分钟接触时间**，这意味着消毒剂需要在**表面保持湿润10分钟**，以杀死细菌。如果针对病毒的使用说明列出不同的接触时间或稀释比例，则使用最长的接触时间或浓度最高的溶液。[请参阅消毒指南](#)。

对经常接触的所有表面进行清洁和消毒 – 其中可能包括：

- 门把手
 - 4英尺高的玻璃门
 - 水龙头
 - 纸巾架
 - 给皂机
 - 扶手和楼梯扶手
 - 人流量较高的区域的橱柜和台面。
 - 电话
 - 经常被顾客触摸的其他表面
- 对大多数表面如地板、墙壁和其他区域言，万能清洁剂应该够用了。然而，如果您的雇主要求您消毒杀菌，请记住，并非所有的万能清洁剂都是消毒剂。如果您不确定，请与您的主管或领班确认。
 - 如果您被要求对出现COVID-19确诊病例的区域进行消毒，当您在雇主处接受适当的风险培训或流程熟悉培训之后，方可开始消毒。
- 使用乳胶或橡胶手套保护自身不受清洁化学品的伤害。
 - 尽量使用护目装置以防止化学品溅入眼中。
 - 使用含乙醇、异丙醇或过氧化氢的消毒剂更加安全。
 - 若您的雇主未给出适当指示，切勿自行配制清洁或消毒混合溶液。这些溶液可能无效，并可能在使用时与其他化学品产生反应，伤害到您。
 - 确保您消毒的区域有足够的**通风**（气流）。如果清洁的地方是浴室或其他狭小空间，请务必将门敞开。
 - 请记住，在工作时，**切勿触摸**您的脸部、眼睛或鼻子。
 - 每次休息、进食前后皆用肥皂和水清洗双手**20秒**，并记得经常更换您的手套。
 - 使用安全绷带**遮盖**皮肤上的任何切口、抓伤或裸露的伤口，并经常更换。