

## Πότε και πώς πρέπει να κάνουμε καθαρισμό και απολύμανση στους χώρους εργασίας;

Ως καθαρισμό ενός εργασιακού χώρου ορίζουμε την απομάκρυνση κάθε βρωμιάς, όπως λόγω χάρη της σκόνης, υπολειμμάτων τροφών ή ξένων σωμάτων, που προκαλούν αύξηση των μικροοργανισμών. Ως απολύμανση ορίζεται η μείωση του αριθμού των μικροοργανισμών, που είναι ζωντανά κύτταρα. Με την καθαριότητα και απολύμανση των χώρων εργασίας βελτιώνεται το περιβάλλον εργασίας και μειώνονται οι επιμολύνσεις, καθώς και η ανάπτυξη μικροβιακών και άλλων σχετικών κινδύνων.

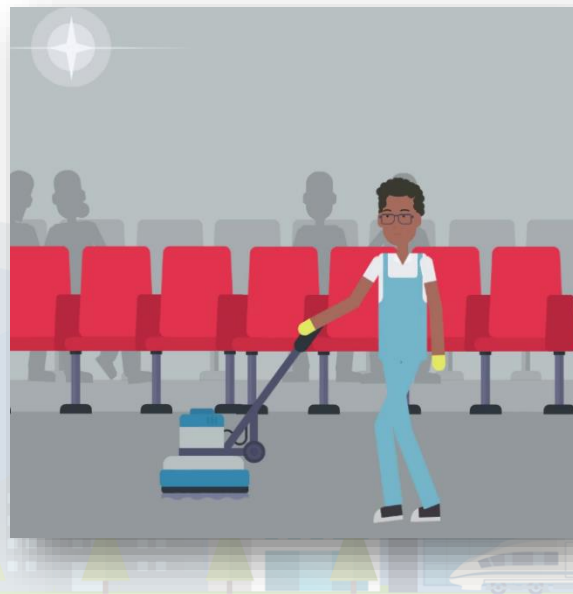
Ο νέος κοροναϊός (SARS-CoV-2), είναι ένας RNA ιός που μεταδίδεται κυρίως μέσω μεγάλων αναπνευστικών σταγονιδίων και επαφής, αλλά ενδεχομένως να υπάρχουν και άλλοι τρόποι μετάδοσης. Ο χρόνος επιβίωσης και οι συνθήκες που επηρεάζουν την επιβίωση του SARS-CoV-2 στο περιβάλλον είναι αυτή τη στιγμή άγνωστες, ωστόσο σύμφωνα με μελέτες που εκτιμούν την σταθερότητα άλλων κοροναϊών, εκτιμάται ότι ο SARS-CoV-2 μπορεί να επιβιώσει αρκετές ημέρες στο περιβάλλον πάνω σε διαφορετικές επιφάνειες.

Παρακάτω αναφέρονται οδηγίες για δύο περιπτώσεις: 1) οδηγίες για τον περιοδικό καθαρισμό των χώρων εργασίας, χωρίς να υπάρχει υποψία ότι έχει μιανθεί από τον SARS CoV-2 και 2) οδηγίες για τον έκτακτο καθαρισμό χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κοροναϊό, δηλαδή χώρου στον οποίο κινήθηκε ύποπτο, στενό ή επιβεβαιωμένο κρούσμα. Και στις δύο περιπτώσεις, αφήστε το καθαριστικό ή/ και απολυμαντικό που έχει χρησιμοποιηθεί να στεγνώσει στο φυσικό αέρα και ακολουθήστε τις οδηγίες του κατασκευαστή.

### 1) Οδηγίες για τον περιοδικό καθαρισμό των χώρων εργασίας

Συστηματικός και επαρκής αερισμός όλων των χώρων ανά τακτά χρονικά διαστήματα.

- Σχολαστική εφαρμογή των τυπικών εργασιών καθαρισμού, δίνοντας έμφαση στο συχνό καθαρισμό των λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (π.χ. πόμολα, χερούλια, κουπαστή από σκάλες ή κιγκλίδωμα, ανελκυστήρες, διακόπτες, βρύσες κλπ) με κοινά καθαριστικά, δηλαδή υγρό σαπούνι και νερό, ή



ΠΑΤΗΣΤΕ [ΕΔΩ](#) ΓΙΑ ΤΟ VIDEO ΤΗΣ GEP ΜΕ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ!

διάλυμα οικιακής χλωρίνης 10% (1 μέρος οικιακής χλωρίνης αραιωμένο σε 10 μέρη νερό) ή αλκοολούχο αντισηπτικό.

- Χρήση γαντιών μιας χρήσης και στολής εργασίας από το προσωπικό καθαριότητας. Τα γάντια μετά τη χρήση τους πρέπει να απορρίπτονται αμέσως στις πλαστικές σακούλες των κάδων απορριμμάτων και να μη γίνονται προσπάθειες καθαρισμού τους, πχ. πλύσιμο των γαντιών μιας χρήσης και επαναχρησιμοποίησή τους. Επισημαίνεται ότι, η χρήση γαντιών μιας χρήσης δεν αντικαθιστά σε καμιά περίπτωση το πλύσιμο των χεριών.
- Οι πλαστικές σακούλες των κάδων, όταν γεμίζουν, πρέπει να δένονται σφικτά και να απομακρύνονται αμέσως.

## 2) Οδηγίες για τον έκτακτο καθαρισμό χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κοροναϊό

Λόγω της πιθανής επιβίωσης του ιού SARS-CoV-2 στο περιβάλλον για αρκετές ημέρες, οι χώροι και οι περιοχές που έχουν πιθανά μολυνθεί από τον ιό πρέπει να απολυμαίνονται πριν την επαναχρησιμοποίησή τους. Παρ' ότι δεν υπάρχουν ακόμα επαρκή δεδομένα για την αποτελεσματικότητα των διάφορων απολυμαντικών μέσων κατά του συγκεκριμένου ιού, είναι απαραίτητη η χρήση προϊόντων που περιέχουν αντιμικροβιακούς παράγοντες αποτελεσματικούς κατά των κοροναϊών.

Αρκετοί αντιμικροβιακοί παράγοντες έχουν ελεγχθεί κατά διαφόρων κοροναϊών (Πίνακας 1). Κάποια από τα ενεργά συστατικά, π.χ. το υποχλωριώδες νάτριο (που περιέχεται στην οικιακή χλωρίνη) και η αιθανόλη, χρησιμοποιούνται ευρέως σε μη υγειονομικές και μη εργαστηριακές μονάδες.

Πίνακας 1. Αντιμικροβιακοί παράγοντες με αποτελεσματικότητα κατά διαφόρων κοροναϊών

Αντιμικροβιακός παράγοντας	Συγκέντρωση	Ελεγμένοι κοροναϊός
Αιθανόλη	70%	HCoV-229E, MHV-2, MHV-N, CCV, TGEV
Υποχλωριώδες νάτριο	0.1-0.5% 0.05-0.1%	HCoV-229E SARS-CoV
Ιωδιούχος ποβιδόνη	10% (1%)	HCoV-229E
Γλουτεραλδεϋδη	2%	HCoV-229E
Ισοπροπανόλη	50%	MHV-2, MHV-N, CCV
Χλωριούχο βενζαλκόλιο	0.05%	MHV-2, MHV-N, CCV
Χλωριώδες νάτριο	0.23%	MHV-2, MHV-N, CCV
Φορμαλδεϋδη	0.7%	MHV-2, MHV-N, CCV

ΠΑΤΗΣΤΕ [ΕΔΩ](#) ΓΙΑ ΤΟ VIDEO ΤΗΣ GEP ΜΕ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ!

Παρόλο που δεν υπάρχουν δεδομένα για την αποτελεσματικότητα των παραπάνω αντιμικροβιακών παραγόντων κατά του συγκεκριμένου ιού SARS-CoV-2, προτείνεται η χρήση 0.1% υποχλωριώδους νατρίου (αραίωση 1:50 αν χρησιμοποιείται οικιακή χλωρίνη αρχικής συγκέντρωσης 5%) μετά από τον καθαρισμό με ουδέτερο απορρυπαντικό. Για επιφάνειες που είναι πιθανόν να καταστραφούν από τη χρήση υποχλωριώδους νατρίου, είναι απαραίτητη η χρήση αιθανόλης με συγκέντρωση 70% κατόπιν του καθαρισμού με ουδέτερο απορρυπαντικό.



Όλες οι επιφάνειες που έχουν ενδεχομένως μολυνθεί, όπως τοίχοι και παράθυρα, η λεκάνη της τουαλέτας και οι επιφάνειες του μπάνιου, πρέπει να καθαρίζονται προσεκτικά. Όλα τα υφάσματα (κουρτίνες, σεντόνια, κλπ) πρέπει να πλένονται με καυτό νερό (90οC) και προσθήκη απορρυπαντικού. Εάν κάτι τέτοιο δεν είναι εφικτό λόγω της φύσης των υφασμάτων, θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ειδικά προϊόντα που περιέχουν υποχλωριώδες νάτριο ή απολυμαντικά μέσα ειδικά για τα υφάσματα αυτά.

Ο προστατευτικός ατομικός εξοπλισμός για το προσωπικό καθαριότητας στην περίπτωση χώρων εργασίας που έχουν πιθανά μολυνθεί από το νέο κοροναϊό περιλαμβάνει:

- Μάσκες υψηλής αναπνευστικής προστασίας FFP2 ή FFP3
- Προστατευτικά γυαλιά
- Προστατευτική φόρμα, αδιάβροχη, με μακριά μανίκια, μίας χρήσης
- Γάντια μίας χρήσης

Ο απορριπτόμενος εξοπλισμός πρέπει να αντιμετωπίζεται ως πιθανό μολυσματικό υλικό και να απορρίπτεται σύμφωνα με την εθνική νομοθεσία. Εφόσον χρησιμοποιηθεί προστατευτικός εξοπλισμός που δεν είναι μίας χρήσης, επιβάλλεται η απολύμανσή του με τα κατάλληλα απολυμαντικά (π.χ. 0.1% υποχλωριώδες νάτριο ή 70% αιθανόλη) μετά από κάθε χρήση. Στην

ΠΑΤΗΣΤΕ [ΕΔΩ](#) ΓΙΑ ΤΟ VIDEO ΤΗΣ GEP ΜΕ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ!

περίπτωση που χρησιμοποιηθούν άλλα απολυμαντικά, πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες του κατασκευαστή. Κατά τη χρήση των απολυμαντικών πρέπει ο χώρος να είναι καλά αεριζόμενος.

### Ειδικές διευκρινίσεις για απολύμανση

Οι δημόσιοι χώροι από όπου έχει απλώς περάσει το συμπτωματικό άτομο, όπως οι διάδρομοι, συστήνεται να καθαρίζονται σύμφωνα με τις συνήθεις διαδικασίες καθαρισμού του φορέα και πάντα σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή του απορρυπαντικού/απολυμαντικού και τη σχετική εθνική νομοθεσία.

Οι επιφάνειες με τις οποίες έχει έρθει σε επαφή το συμπτωματικό άτομο θα πρέπει να πλένονται και να απολυμαίνονται σύμφωνα με τις παραπάνω οδηγίες. Αυτές οι επιφάνειες περιλαμβάνουν:

- αντικείμενα που είναι εμφανώς λερωμένα/μολυσμένα με σωματικά υγρά
- όλες τις επιφάνειες που έχουν πιθανώς μολυνθεί όπως μπάνια, τουαλέτες, πόμολα, τηλέφωνα, θρανία, υπολογιστές κ.α.

Για τον καθαρισμό και την απολύμανση όλων των σκληρών επιφανειών, των πατωμάτων, των καρεκλών, των πόμολων, κ.α., πρέπει να χρησιμοποιούνται πανάκια/υφάσματα μίας χρήσης ή χαρτί καθαρισμού καθώς και σφουγγαρίστρες με αποσπώμενες κεφαλές. Τα πανάκια/υφάσματα, το χαρτί και οι κεφαλές από τις σφουγγαρίστρες θα πρέπει να απορρίπτονται μετά από κάθε χρήση σε ειδικές σακούλες και να αντιμετωπίζονται ως μολυσματικά απόβλητα στην περίπτωση που ο καθαρισμός αφορά χώρους από όπου έχει περάσει επιβεβαιωμένο κρούσμα. Πρέπει να αποφεύγεται το πιτσίλισμα και ο ψεκασμός κατά τη διάρκεια του καθαρισμού και της απολύμανσης.

Στην περίπτωση που κάποια αντικείμενα δεν μπορούν να καθαριστούν, πλυθούν ή/και απολυμανθούν όπως περιγράφεται παραπάνω, όπως π.χ. έπιπλα επικαλυμμένα με ταπετσαρία ή στρώματα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί καθαρισμός με ατμό.

Παρ' ότι είναι ακόμα άγνωστο σε ποιο χρονικό σημείο μηδενίζεται ο κίνδυνος μετάδοσης της λοίμωξης από το περιβάλλον, εκτιμάται ότι αυτός θα μειωθεί με την πάροδο του χρόνου. Μελέτες που έχουν γίνει με τους ιούς SARS-CoV και MERS-CoV δείχνουν ότι, στις περισσότερες περιπτώσεις, ο κίνδυνος είναι πιθανό να μειωθεί σημαντικά μέσα σε 72 ώρες. Για τον λόγο αυτό, αν είναι εφικτό, συστήνεται να γίνει ο καθαρισμός 72 ώρες μετά από την παρουσία του πιθανού ή επιβεβαιωμένου κρούσματος στο χώρο, γιατί το ιικό φορτίο αναμένεται ότι θα έχει μειωθεί σημαντικά μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα.

Συστήνεται να κρατούνται τα στοιχεία επικοινωνίας του προσωπικού καθαριότητας στις περιπτώσεις πιθανού ή επιβεβαιωμένου κρούσματος, για πιθανή ιχνηλάτηση επαφών και παρακολούθηση για 14 ημέρες μετά τον καθαρισμό.



Η επιδημία εξελίσσεται  
και οι οδηγίες ενδέχεται  
να τροποποιηθούν.

ΠΑΤΗΣΤΕ [ΕΔΩ](#) ΓΙΑ ΤΟ VIDEO ΤΗΣ GEP ΜΕ ΤΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ!