



15 мая – Международный день семьи. Правила гигиены дома: памятка для всей семьи

Каждый год 15 мая в мире отмечается День семьи. В семье начинается жизнь каждого человека, а дом – это центр семьи, ведь в среднем человек проводит в своем жилище треть жизни. Поддержание чистоты и порядка в доме не только создает приятную атмосферу для вас и ваших близких, но и помогает предотвратить различные заболевания и аллергические реакции. Хотите, чтобы Ваш дом был комфортный и безопасный для проживания? Вот несколько основных правил гигиены жилого помещения, которых стоит придерживаться, чтобы не рисковать здоровьем:

1. В жилом помещении должно быть сухо, тепло и просторно.
2. Жилище должно быть хорошо освещенным солнечным светом.
3. Чтобы поддержать чистый воздух, помещение необходимо систематически (несколько раз в день) проветривать.
4. Должна проводиться своевременная борьба с мухами, тараканами и другими насекомыми.
5. Влажную уборку в квартире или доме нужно проводить не реже одного раза в неделю. С такой же периодичностью следует менять постельное белье.

6. Начинать уборку нужно с жилых комнат, затем переходить в кухню, а только после убирать в ванной комнате и санузле. Существует правило «сверху вниз», следуя ему, нужно сначала почистить окна, шторы, верхние полки, а после мягкую мебель и полы. При уборке не забывайте обрабатывать дверные ручки, выключатели, пульта, домофоны, стационарные и мобильные телефоны, компьютеры и другую технику.

7. Не менее одного раза в неделю нужно чистить сантехнику и ванну с применением специальных дезинфицирующих средств.

8. Моющие средства используйте строго по назначению.

9. Отдельно стоит сказать про кухню. Там надо поддерживать чистоту особенно тщательно, так как есть риск пищевых отравлений.

8. Не забывайте полностью мыть холодильник, все полки и ниши – желательно с использованием безопасного средства для дезинфекции бытовой техники.

9. Кухонную посуду, столовые приборы необходимо мыть в горячей воде с использованием дезинфицирующего моющего средства для посуды, после чего ополосните кипятком и высушите, разместив таким образом, чтобы вода свободно стекала с вымытых предметов. Губки после мытья посуды рекомендуется промыть и в течение одной минуты прогреть в микроволновой печи. Менять губки рекомендуется не реже одного раза в неделю. При использовании посудомоечной машины дополнительная обработка посуды не требуется.

10. Раковину, стол и другие рабочие поверхности следует сначала вымыть теплой мыльной водой, протереть бумажными полотенцами и обработать дезинфицирующими средствами для кухонных поверхностей. Внимательно читайте инструкцию по применению средства.

11. Если вы используете тканевые полотенца, то для каждой уборки берите чистое и часто стирайте кухонные полотенца в стиральной машине на высоких температурах.

Соблюдение этих простых рекомендаций поможет поддерживать гигиену жилого помещения и обеспечить здоровую и комфортную обстановку для жильцов. Помните, что забота о чистоте и порядке в доме – это забота о здоровье и благополучии Вашей семьи.