

## 花木防疫 你问我答

### ——家庭消毒应该怎么做？

#### 1、家庭环境清洁要注意些什么？

衣物、被褥等织物常换洗、勤晾晒，可在阳光下暴晒 4-6 小时（应注意翻面，使正反面均能晒到），一般不用特殊消毒。不共用个人生活用品。厨房“污、洁不交叉”、“生熟分开”，垃圾桶加盖，及时、分类倾倒垃圾。抹布“专布专用”，及时充分清洗，煮沸或消毒剂进行消毒后在通风处晾干。卫生间保持干燥。室内外不堆积杂物，消除卫生死角，清除各种积水和积水容器，水培植物每隔 7 天换水洗瓶，控制蚊虫孳生。

#### 2、室内空气怎么消毒？

开窗通风。推荐持续开窗通风，不能持续的，每日上、下午至少各开窗 1 次，每次 30 分钟以上。不能开窗通风或通风不良的，可使用电风扇、排风扇等机械通风方式，尽可能引入室外新风。

#### 3、如何做好空调消毒？

空调消毒前，先去除挡板上的积尘、污垢。用沾湿的百洁布擦洗机身，拂去灰尘。打开空调内机盖板，取出过滤网；用软毛刷加洗洁精轻轻刷洗，再用 250mg/L 的含氯消毒液浸泡过滤网 15 分钟以上，冲洗干净。擦干或自然晾干后安装。

不得使用醇类消毒剂喷洒消毒空调。

#### 4、家居物品如何消毒？

常用小件物品如手机、遥控器、鼠标、门把手、水龙头、各种按钮等可用70%-80%酒精棉球或消毒湿巾擦拭消毒。面积较大的物件如桌面、地面，可用含有效氯（溴）500mg/L的消毒液进行喷洒、擦拭或拖拭消毒。洗手池、马桶可定期使用含氯消毒液进行消毒，建议用完马桶后，先盖上马桶盖再冲水。

#### 5、餐具消毒应该怎么做？

首选煮沸消毒15-30分钟，或流通蒸汽消毒30分钟，或可使用餐具消毒柜按使用说明书操作。也可用250-500mg/L的含氯（溴）消毒液浸泡30分钟后，再用清水洗净。需注意：煮沸消毒或流通蒸汽消毒的时间应从煮沸和蒸汽注入开始算起，而非开始加热时间；流通蒸汽消毒时餐具摆放应有空隙，不可紧密摆放，浸泡消毒应保证餐具完全浸没；如有新的餐具放入，重新计算时间。为保证消毒效果，在消毒前应做好清洁工作，去除肉眼可见的污染。

#### 6、对于肉、蛋类食品如何消毒？

肉类无需消毒，将其浸泡清洗数遍即可。鸡蛋放置在冷藏或阴凉处，烹饪前，需将鸡蛋外壳清洗干净。

#### 7、买回来的蔬菜如何消毒？

收菜、整理时注意佩戴口罩，如有橡胶手套亦可使用。不易脱水、变质的蔬菜（土豆、萝卜、洋葱等），可在阳台通风放置一段时间。易脱水、变质的蔬菜（青菜、蒜苗、豆芽等），可慢速水流冲洗、浸泡清洗，沥干后存储。

## 8、冷冻食品需要消毒吗？

收货时可对冷冻食品的外包装消毒，烹饪前慢速水流冲洗表面亦可，无需对里面的食物进行消毒。

## 9、米面粮油等外包装如何消毒？

米面粮油一般都是自动化生产，本身受到污染的机会极小，只要对购买回家的米面粮油外包装消毒即可，不立即食用的，可放在通风处一段时间。

## 10、家庭如何选择消毒剂？

常用的家庭消毒剂有醇类消毒剂（如75%酒精等）、含氯消毒剂（如84消毒剂等）、衣物消毒剂和空调消毒剂等。其中：

醇类消毒剂适用于小件物品（手机、钥匙等）表面消毒；

含氯消毒剂适用于桌椅等物体表面（擦拭）、地面（喷洒、拖拭）等消毒；

衣物消毒剂适用于衣物等织物消毒，空调消毒剂适用于空调消毒。

要根据消毒对象合理选择消毒剂，并非越贵越好，通常市场上较贵的消毒剂往往是在标明的消毒方法和用途下，副作用相对较小，而并不一定是消毒效果最好。

## 11、含氯消毒剂（如84消毒剂等）如何使用？

（1）做好防护：佩戴口罩、手套，还可以戴上防水围裙，选择通风良好的环境；

（2）配制有效浓度：关注有效成分含量，以含有效成分浓度5%的84消毒剂为例，1升水兑10毫升消毒剂，配制成使用浓度500mg/L的消毒液；

(3) 开展消毒：对桌椅等物体表面进行擦拭，对地面进行喷洒、拖拭；

(4) 去除残留：如有需要，可用清水抹布擦拭，去除消毒液的残留；

消毒剂都需要有一定的作用时间，才能有效果，不能刚用完就擦掉，具体作用时间请仔细阅读产品使用说明。84 消毒剂不能和其他清洁剂混合使用，否则会产生氯气，危害身体健康。

## 12、消毒剂浓度越高越好？

应按照产品使用说明进行稀释后使用，高浓度消毒液腐蚀性、刺激性等相对较大，去残留的工作量也会增加。

## 13、过期的消毒剂还能使用吗？

不建议使用，过期的消毒剂由于有效成分挥发、浓度降低，消毒效果可能会打折扣。手头没有其他消毒剂可用时，也可应急使用，适当增加用量或消毒时间。

## 14、配好的消毒液有效期是几天？

常用的需配制的消毒剂主要指含氯（溴）消毒剂，如 84 消毒剂，一般均为现配现用。建议配好后留存不要超过 24 小时，尽早使用，随着时间推移有效成分会挥发，消毒效果下降。

## 15、日常消毒有哪些误区？

(1) 使用消毒剂直接对人喷洒；

(2) 使用无效的方法（如用烟雾机、弥雾机）进行消毒；

(3) 在室内有人的情况下使用化学消毒剂进行空气消毒；

(4) 往下水道大量倒消毒剂、投消毒片。

这些做法，基本无效，而且造成危害健康、污染环境等后果。

## 16、外出、测核酸回家后如何消毒？

将外套轻轻脱下，挂在通风位置；摘下口罩，如需再次使用，应悬挂于干燥通风处；及时用“肥皂/洗手液 + 流动水”清洁双手。脱下的鞋子放在门口，鞋面可用消毒湿巾擦拭。手机、钥匙等随身物品，用 75%酒精或消毒湿巾擦拭消毒。有条件的可在家中区分“污染区”和“清洁区”，将外出回来的衣服鞋子留在“污染区”。

## 17、团购、快递物品拿回家怎么消毒？

无接触方式收货。在门口对快递外包装进行消毒，纸箱、包装袋等留在门外。回家后外穿衣物挂在通风处，不要与内衣或其他衣物混在一起。戴好口罩、手套，拆完后对接触台面进行擦拭消毒。收取和拆包的过程中避免用手触摸眼、口、鼻。病毒通过鞋底传播的可能性比较低。

物品内外包装可使用消毒剂喷洒或消毒湿巾擦拭消毒，喷洒消毒以包装可见湿润或消毒液挂珠为宜，放置 10-30 分钟后再接触。按照消毒剂相应的说明书使用，不同的消毒剂需要的时间不同，比如酒精需要 2-5 分钟；84 消毒液可能需要 15 分钟到半小时；有些消毒剂可能需要更多的时间才能消灭病毒。

处理结束后，及时用“肥皂/洗手液 + 流动水”按“七步洗手法”清洁双手，搓擦 20-30 秒以上，将手的每个面都搓洗到，再用流动水冲洗干净。

## 18、过度消毒有哪些危害？

居家消毒不宜过度。过度消毒会导致正常生活环境中细菌明显减少，对人体免疫刺激不足，反而容易生病；可能引起微生态环境失调和超级细菌的产生；容易诱发身体过敏；还可能损伤皮肤、黏膜、呼吸道，甚至引起中毒。

### **19、住在同一栋楼的邻居确诊感染了新冠，我们在家里应该如何消毒？**

同一栋楼的邻居确诊感染了，保持房间干净、整洁和通风至关重要。消毒首选物理消毒，如衣物暴晒、餐具煮沸和自然通风等方式。如需开展化学消毒，主要是针对从外面带入家里的物品，外包装可以用低浓度消毒剂（250mg/L-500mg/L 含氯消毒液）进行擦拭或喷洒，包装内物品可以放置通风处 30 分钟后再处理。家庭内其他物品如用消毒剂消毒，在达到 30 分钟作用时间后切记用清水擦拭后使用。

### **20、楼里的邻居确诊感染了新冠，病毒会顺着下水道到我家吗？**

只要居民楼邻居之间下水道的 airflow 是不相通的，通过下水道传播的风险就极低。因此建议大家检查家中所有下水管道，例如厨房洗菜池、卫生间台盆、洗衣机排水管、阳台台盆等，如果排水管道（尤其是软管）和地漏之间是不密封的，可使用硅胶等材料将其密封，如无硅胶也可用胶带。给马桶附近（非淋浴房）的地漏定期（3-7 天）加水。台盆每次使用完后将翻盖式下水盖盖住，抽拉式保持关闭状态，可在台盆中留少量水。

### **21、阳性感染者家庭如何配合做好终末消毒？**

由于阳性感染者居所环境中可能有病毒的存活，冰箱冷藏室、冷冻室、衣帽间、洗手间等病毒存活的时间往往较长，如不进行有效的终末消毒，进入居所的人员将有可能导致感染并造成病毒传播扩散。居民在终末消毒作业前要与工作人员沟通，告知屋内对消毒剂敏感的物品或需要特别保护的物品，便于消毒人员在消毒时选取更有针对性的消毒方法。

## 22、出院出方舱人员返家如何做好清洁消毒？

返家（居住地）途中：应全程佩戴医用外科口罩，避免与同行人员交谈，下车后及时做好手卫生。

小区门口：配合工作人员对行李表面进行消毒。

到达住处后：将随身物品和换下的外衣、鞋子放置在阳台通风处，及时用“肥皂/洗手液+流动水”洗手，并沐浴更衣；可将外衣、鞋子和更换下来的衣物分类使用 250mg/L 二氧化氯或 500mg/L 的含氯消毒液浸泡消毒 30 分钟，再进行清洗。随身行李如无需要，建议放置 30 天后再打开。