

# आपल्या भोवतालच्या वस्तू आणि पृष्ठभाग कसे स्वच्छ ठेवावेत?



by Indian Scientists Response to Covid

<https://indscicov.in/>

   IndSciCovid



कोणत्याही रोगाचा प्रसार रोखण्यासाठी वैयक्तिक स्वच्छतेबरोबर परिसराच्या स्वच्छतेकडेही विशेष लक्ष दिले पाहिजे, आणि कोविड-१९ याला अपवाद नाही. कोरोनाचे विषाणू वेगवेगळ्या प्रकारच्या पृष्ठभागांवर वेगवेगळ्या कालावधीसाठी संसर्गकारी राहू शकतात. म्हणून या पृष्ठभागांद्वारे विषाणूचा प्रसार कमी होण्यासाठी सावधगिरी बाळगणे आवश्यक आहे. या पृष्ठभागांची साफसफाई कशी करावी, किती वेळा करावी आणि विषाणू नष्ट करण्यासाठी कोणत्या जंतुनाशकांचा वापर करावा, असे बरेच प्रश्न आपल्याला पडले असतील. तर पाहूया या प्रश्नांची उत्तरे.

**वापराच्या जागा आणि पृष्ठभाग आपण स्वच्छ का करावेत?**

जेव्हा आपण विषाणू असणाऱ्या पृष्ठभागास स्पर्श करतो तेव्हा विषाणू आपल्या हातावर येऊ शकतात आणि तेच हात जर तुम्ही आपल्या नाकाला किंवा तोंडाला लावले तर तुम्हाला आपोआप संसर्ग होऊ शकतो. हे रोखण्यासाठी सतत वापरातील वस्तूंचे पृष्ठभाग नियमितपणे साफ करणे गरजेचे आहे; विशेषतः अशा वस्तू ज्या सामायिक ठिकाणी वापरल्या जातात. शक्य असल्यास कोणत्याही पृष्ठभागास स्पर्श करणे टाळावे आणि विशेषतः चेहऱ्यास स्पर्श न करण्याचा प्रयत्न करावा. आपले हात साबणाने व पाण्याने नियमितपणे धुवावेत!

**विषाणू वेगवेगळ्या पृष्ठभागांवर वेगवेगळ्या कालावधीसाठी राहू शकतात**

कोणतेही विषाणू सजीव पेशींच्या बाहेर प्रजनन करू शकत नाहीत. पेशींच्या बाहेर वेगवेगळे विषाणू वेगवेगळ्या काळापर्यंत टिकू शकतात. इतर विषाणूंच्या तुलनेत सार्स-कोव्ही-२ विषाणू आणि त्याचा सर्वात जवळचा शेजारी सार्स-कोव्ही-१ हे कमी कालावधीत नैसर्गिकरीत्या नष्ट होतात. तरीही, संशाधनातून हे समजले आहे की कागदी आणि पुट्ट्यासारख्या सच्छिद्र पृष्ठभागांच्या तुलनेत प्लास्टिक आणि स्टेनलेस स्टीलसारख्या कठीण पृष्ठभागांवर कोरोनाचे विषाणू जास्त काळ टिकतात.



**एखादी वस्तू "साफ" करणे आणि "निर्जंतुक" करणे यात काय फरक आहे?**

साफ करणे म्हणजे धूळ आणि घाण काढून टाकणे. यामध्ये भिंती किंवा कोपरे झटकण्यापासून ते काउंटर किंवा भांडी पुसण्यापर्यंत सर्व गोष्टी येतात.

साबण हा डिटर्जंट नावाच्या रसायनांच्या गटातील एक प्रकार आहे. भांडी आणि कपडे धुण्यासाठी वापरले जाणारे साबण किंवा पावडर्स हे सुद्धा डिटर्जंटचेच प्रकार आहेत. डिटर्जंटमध्ये सक्रिय रसायनांचे दोन भाग असतात- पाण्याशी जमवून घेणारा भाग आणि पाण्याशी जमवून न घेणारा किंवा तेलकट भाग. यातला पाण्याशी जमवून न घेणारा भाग हा तेलकट पदार्थांना चिकटतो आणि पाण्याशी जमवून घेणारा भाग पाण्याला चिकटतो. म्हणून डिटर्जंटने सफाई करताना डिटर्जंटबरोबर तेलकटपणाही निघून जातो.

निर्जंतुकीकरण म्हणजे बॅक्टेरिया आणि विषाणू यांसारख्या जंतूंचा नाश. रुग्णालये आणि इतर सामायिक जागा जिथे रोग पसरण्याचे प्रमाण जास्त असते, अशा ठिकाणी निर्जंतुकीकरण महत्वाचे. सामान्य जंतुनाशकांमध्ये घरगुती ब्लीच, आयसोप्रोपाईल अल्कोहोल आणि हायड्रोजन पेरोक्साईड यांचा समावेश होतो.

### कोरोना विषाणू नष्ट करण्यासाठी सफाई करावी की निर्जंतुकीकरण करावे?

डिटर्जंटप्रमाणेच कोरोना विषाणूच्या बाहेरच्या थरात पण पाण्याशी जमवून घेणारे आणि जमवून न घेणारे रेणू असतात . डिटर्जंटचे रेणू विषाणूच्या बाहेरच्या थराच्या संपर्कात आले की त्याची रचना बदलतात आणि तो थर नष्ट करतात. यामुळे विषाणूही नष्ट होतो.

कोरोनाविषाणूचा नाश करण्याचा सर्वात प्रभावी मार्ग म्हणजे डिटर्जंट (साबण) आणि पाणी. कोणत्याही वस्तूचा पृष्ठभाग डिटर्जंट आणि पाण्याने घासून स्वच्छ केल्यास त्या पृष्ठभागावरील कोरोना विषाणू नष्ट होतो, आणि धुण्यामुळे उर्वरित विषाणूचे कण काढून टाकले जातात. म्हणजेच साबणाने पृष्ठभाग साफ करताना तो निर्जंतुकीही होतो!

जंतुनाशके सामान्यतः स्वच्छ म्हणजे तेलकट किंवा घाण नसलेल्या पृष्ठभागांवर वापरली जातात. त्यांचं मुख्य काम हे पृष्ठभाग स्वच्छ करण्याचं नाही. सार्वजनिक संडास-बाथरूमसारख्या सामायिक ठिकाणी इतरही जंतुनाशकांचा वापर करणे गरजेचे असते. कारण त्यांच्यामुळे रोग पसरवणारे इतर जंतूही नष्ट होतात. काही जंतुनाशके, उदा. घरगुती ब्लीच, आयसोप्रोपाईल अल्कोहोल आणि हायड्रोजन पेरोक्साईड हे कोरोनाविषाणू प्रभावीपणे नष्ट करू शकतात , पण इतर जंतुनाशके कोरोनाविषाणूसाठी कितपत प्रभावी आहेत हे अजूनपर्यंत कळलेलं नाही.

### कोणकोणत्या जागा स्वच्छ आणि निर्जंतुक कराव्यात?

सर्वप्रथम घरातल्या आणि घराबाहेरच्या नियमितपणे वापरल्या जाणाऱ्या सामायिक जागा आणि स्पर्श केले जाणारे पृष्ठभाग यांची यादी करा.

#### घरातील उदाहरणे:

- दारा-खिडक्यांची हँडल्स आणि कड्या
- दरवाजाची बेल, लाइट, आणि पंखा यांची स्विचेस
- स्वयंपाकघराचा कट्टा, नळ आणि स्टोव्ह
- बाथरूम आणि शौचालय (नळ, बेसिन, फ्लश हँडल्स, शौचालयाच्या जागा, कपडे अडकवण्याचे दांडे आणि हूक्स, दाराची हँडल्स व कड्या)
- टेबल, सोफा, रिमोट कंट्रोल
- टेलिफोन (मोबाईल आणि लँडलाईन), लॅपटॉप, टॅब्लेट, कॉम्प्युटर (कीबोर्ड, माऊस, मॉनिटर)

#### घराबाहेरील सार्वजनिक जागा:

- रेलिंग, दरवाजाची हँडल्स आणि कड्या
- सार्वजनिक हातपंप आणि नळ
- सार्वजनिक बाथरूम (नळ, कपडे अडकवण्याचे दांडे आणि हूक्स, दाराची हँडल्स व कड्या, लाइट स्विच)
- सार्वजनिक शौचालय (फ्लश हँडल्स, नळ, बेसिन, टॉयलेट सीट आणि कव्हर, दाराची हँडल्स व कड्या, दिव्याचे स्विच)



## कोरोनाविषाणू नष्ट करण्यासाठी कोणती जंतुनाशके प्रभावी आहेत?

कोरोनाविषाणू नष्ट करण्यासाठी सर्वात प्रभावी रसायन म्हणजे डिटर्जंट: यामध्ये घरगुती साबण -- आंघोळीचा, कपडे धुण्याचा आणि भांड्यांचा -- यांचा समावेश होतो.

इतर जंतुनाशके, उदा. ब्लीच, आयसोप्रोपाईल अल्कोहोल किंवा हायड्रोजन पेरॉक्साइड असलेली उत्पादने देखील कोरोनाविषाणूवर प्रभावी असल्याचे दाखवले गेले आहे. पण ही सोडून इतर जंतुनाशकांच्या प्रभावीपणाबद्दल सध्या काही माहिती उपलब्ध नाही. सामान्यतः जंतुनाशक लावल्यानंतर विषाणू नष्ट होण्यासाठी ते पृष्ठभागावर पुरेसा वेळ राहू द्यावे. जंतुनाशके लावल्यावर पृष्ठभाग कोरडा होऊन त्याचा वास जाईपर्यंत घरातील इतरांना, विशेषतः लहान मुलांना आणि पाळीव प्राण्यांना दूर ठेवावे.

घरगुती ब्लीच (१% द्रावण) किंवा पावडर निर्जंतुकीकरणासाठी वापरले जाऊ शकतात. जास्त तीव्रतेचे ब्लीच हे त्वचेसाठी हानिकारक असते, म्हणून त्वचेचा थेट संपर्क टाळावा. ब्लीचमुळे काही धातूच्या वस्तू गंजू शकतात, म्हणून धातूचे पृष्ठभाग साफ करताना योग्य ती काळजी घेतली पाहिजे. ब्लीच वापरताना जो क्लोरीन वायू बाहेर पडतो त्यामुळे डोळ्यांची व त्वचेची जळजळ होऊ शकते -- विशेषतः लहान मुले आणि अॅलर्जिक माणसांमध्ये -- त्यामुळे ते वापरताना मोकळी हवा फिरत राहिल याची काळजी घ्या.

इलेक्ट्रॉनिक वस्तूसाठी अल्कोहोल वाइप्स किंवा कमीतकमी ७०% अल्कोहोल असलेल्या स्प्रेचा वापर केला जाऊ शकतो. पूर्ण पृष्ठभागावर पसरलेला असा स्प्रे करावा आणि त्याची वाफ होईपर्यंत तसाच राहू द्यावा.

## निर्जंतुकीकरण किती वेळा करावे?

दिवसातून कमीतकमी एकदा डिटर्जंट आणि पाणी वापरून सर्व वस्तूंचे पृष्ठभाग स्वच्छ आणि निर्जंतुक करावेत; जर बरेच जण एखादी जागा/वस्तू वापरात असतील तर त्या वस्तू जास्त वेळा निर्जंतुक कराव्यात. कोविड-१९ असल्याचा संशय असलेल्या प्रत्येक व्यक्तीने बाथरूम आणि शौचालयासारख्या जागा वापरल्यावर त्या स्वच्छ आणि निर्जंतुक करायला हव्यात.

वापरणाऱ्यांच्या संख्येनुसार सार्वजनिक वापराच्या जागा; उदा. बेसिन, शौचालये, पाण्याचे स्रोत, पायऱ्या आणि बाल्कनी वारंवार स्वच्छ आणि निर्जंतुक केल्या पाहिजेत. बाथरूम आणि शौचालयात साबणाव्यतिरिक्त जंतुनाशकांचा वापर इतर प्रकारचे जंतू नष्ट करण्यासाठी केला जाऊ शकतो.



कोणकोणत्या प्रकारची जंतुनाशके आहेत, ती कुठे खरेदी करायची, आणि कशी वापरायची?

बाजारात बऱ्याच प्रकारची जंतुनाशके उपलब्ध आहेत. खरेदी करताना लेबल नीट वाचा आणि त्यातील सक्रिय घटक समजून घ्या. काही उत्पादने साबणावर आधारित असतात, आणि ती कोरोनाविषाणू नष्ट करण्यात मदत करतात. इतर अल्कोहोलवर आधारित आहेत, परंतु अशा बऱ्याच उत्पादनांमध्ये कोरोनाविषाणू नष्ट करण्यासाठी लागणारे किमान ७०% आयसोप्रोपाईल अल्कोहोल नसते.

ही उत्पादने कशी वापरावीत हे सांगणाऱ्या सूचना त्यांच्याबरोबर दिल्या जातात. ब्लीचमुळे काही धातूंचे पृष्ठभाग गंजू शकतात. अॅसिड किंवा अमोनियासारख्या इतर साफसफाईच्या उत्पादनांमध्ये ब्लीच मिसळला तर विषारी वाफा तयार होतात. ब्लीच विषारी आहे असे समजून हाताळा, आणि तिच्या शी थेट संपर्क शक्यतो टाळा (शक्य असल्यास पुन्हा वापरण्याजोगे रबराचे हातमोजे वापरा).



इथली माहिती विज्ञानसिद्ध, यथातथ्य आणि नेमकी असावी यासाठी यथायोग्य आणि यथाशक्य प्रयत्न केलेला आहे. तरीही काही चुका राहून गेल्या असल्या तर आम्हाला इथे कळवावे: [indscicov@gmail.com](mailto:indscicov@gmail.com).

Image credits:

Freepik, Rabin, Sayantan, Unsplash, Shreya Dimri