

Tjekliste: Undgå smitte i hjemmet

Håndhygiejne forebygger smitte

Man kan forebygge smitte i husstanden ved at alle vasker hænder i disse situationer:

- Når man kommer hjem efter arbejde eller skole
- Efter toiletbesøg
- Når man har pudset næse
- Før madlavning og fællesspisning

Hånddesinfektion dræber effektivt vira og bakterier, hvis det indgrides i huden i 30 sekunder

Luft ekstra ud

Det bliver mere fugtigt og varmt, hvis I er flere derhjemme end normalt. Derfor er det en god idé at lufte ekstra ud flere gange dagligt, så virus får sværere levevilkår og indeklimaet er sundt.

Rengøring af badeværelset

Det anbefales at rengøre toilettet en gang dagligt med en klud og universalrengøring i denne rækkefølge:

- Dørhåndtag
- Stikkontakter (undgå vand)
- Vandhane og vask
- Sæbedispenser
- Greb på skabe og låger
- Toiletknap
- Toiletbræt
- Skift håndklæder

Rengøring af køkkenet

Når man rengør overflader såsom køkkenbordet, skal det gerne rengøres i minimum 30 sekunder, så rengøringen har den ønskede effekt. Køkkenet kan rengøres disse steder:

- Dørhåndtag
- Stikkontakter (undgå vand)
- Knapper på ovn, opvaskemaskine, mikroovn
- Vandhane og køkkenvask
- Sæbedispenser
- Greb på skabe og låger
- Køkkenbord
- Spisebord
- Skift viskestykker

Rengøring af stuen

Brug skånsomme rengøringsmetoder til elektronik, f.eks. wiper. Sådan kan du rengøre stuen:

- Dørhåndtag
- Stikkontakter (undgå vand)
- Sofabord
- Bordkanter
- Elektronik: Fjernbetjening, mobiltelefon og lignende
- Legetøj

Rengøring af soveværelset

Bløde overflader såsom sengetøj, puder og tøj skal gerne vaskes ved mindst 60 grader for at dræbe bakterier og virus. Udluftning i soveværelset hjælper også med at forebygge smitte. Soveværelset kan gøres rent sådan:

- Dørhåndtag
- Stikkontakter (undgå vand)
- Sengebord