VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

Kusafisha, Kutakasa na Kuua Vijidudu kwa Usalama na Ufanisi katika Huduma za Kutunza Watoto na Elimu ya Mapema

Oktoba 2024

Kusafisha, kutakasa na kuua vijidudu ni njia za kusaidia kuzuia vijidudu kusambaa na kukufanya uwe mgonjwa. Hata hivyo, baadhi ya bidhaa za kusafisha zinazouzwa madukani zinaweza kuwa na kemikali zinazoweza kudhuru afya yako.

Watoto huathiriwa zaidi na athari za afya za kemikali zenye sumu ambazo ziko kwenye bidhaa za kusafisha na kemikali za kuua vijidudu. Hii ni kwa sababu watoto wanakua na viungo vyao vinakua. Watoto hawapaswi kutumia bidhaa hizi. Watoa huduma wa huduma za kutunza watoto ambao ni wajawazito au wanaopanga kupata ujauzito wanapaswa kuchagua bidhaa salama na kujifunza jinsi ya kuzitumia salama.

Unaweza kuvuta pumzi yenye kemikali zilizo katika bidhaa za kusafisha na kemikali za kuua vijidudu. Zinaweza kufyonzwa kupitia ngozi yako. Nyingi zinaweza kusababisha pumu au kusababisha dalili za pumu. Zinaweza kusababisha upele wa ngozi, majeraha au kuingia kwa sumu kwenye macho. Zinaweza kusababisha madhara ya afya ya muda mrefu.

Kusafisha, kutakasa na kuua vijidudu salama ni muhimu

Ni muhimu kuchagua bidhaa salama zaidi zinazopatikana na kujua wakati wa kusafisha, wakati wa kutakasa, na wakati wa kutumia kemikali za kuua vijidudu. **Usisafishe kwa kemikali ya kuua vijidudu kitu ambacho kinahitaji kuoshwa tu. Kemikali za kuua vijidudu zina sumu zaidi kuliko bidhaa za kawaida za kusafisha.**

Baadhi ya magonjwa, kama vile homa, mafua na COVID-19, husambazwa kupitia hewa. Kusafisha sehemu kwa kemikali ya kuua vijidudu hakutazuia kuenea kwake. **Kuosha mikono ndilo jambo muhimu zaidi unaloweza kufanya ili kuzuia kuenea kwa magonjwa haya. Maji na sabuni ni bora zaidi.** Tumia vitakasa mikono ambavyo vina angalau asilimia 60 ya alkoholi wakati sabuni na maji havipatikani. Kufungua madirisha ili hewa safi iingie au kutumia visafisha hewa pia kunaweza kusaidia kupunguza kuenea kwa viini vya maradhi.

Jinsi Kusafisha, Kutakasa na Kuua Vijidudu

Safisha kwanza ili kuondoa viini vya maradhi kutoka kwenye sehemu.

- Sugua kwa sabuni na maji.
- Safisha mara kwa mara.
- Safisha kabla ya kutakasa au kuosha kwa kemikali ya kuua vijidudu. Vitakasa na kemikali za kuua vijidudu hazifanyi kazi kwa ufanisi wakati kuna uchafu juu ya sehemu.

Takasa ili kupunguza viini vya maradhi kwenye sehemu au vitu.

- Mara kwa mara takasa sehemu ambapo chakula hupakuliwa, kuhifadhiwa au kutayarishwa.
- Mara kwa mara takasa vitu vya kuchezea na matitibandia ambayo watoto hugusa kwa midomo yao.
- Chagua vifaa vya kutakasa inapowezekana ili kuepuka kutumia kemikali za kutakasa. Vifaa vya kusafisha kwa mvuke vinaweza kutakasa sakafu na kaunta. Mashine za kuosha vyombo zinaweza kusafisha sahani na vitu vya kuchezea na matitibandia ambayo watoto huweka katika vinywa vyao.

Nyunyizia kemikali ya kuua vijidudu kwenye sehemu ngumu au vitu.

- Osha kwa kemikali ya kuua vijidudu vifaa na sehemu ambazo hutumiwa kwa vyoo, kuvaa nepi au kusafisha majimaji ya mwili. Hizi ni pamoja na meza za kubadilisha nepi, sinki za bafuni na vyoo,

na maeneo yanayoguswa sana kama vitasa vya milango, mabomba ya bafuni na chemchemi za maji ya kunywa

- Tumia glavu zisizopenywa na kemikali.
- Chagua kemikali za kuua vijidudu ambazo zinahitaji kugusa sehemu kwa muda mfupi, au ambazo zina wakati mfupi ambao bidhaa inapaswa kukaa juu ya sehemu ili kemikali hiyo ya kuua vijidudu kufanya kazi kwa ufanisi.
- Chagua kemikali ya kuua vijidudu ambayo haihitaji kusuuza sehemu au kitu kwa maji baada ya matumizi. Ikiwa bidhaa itaacha utando, basi suuza kwa maji na kitambaa safi baada ya kuitumia.

Tumia kitambaa cha nyuzi ndogo au deki kusafisha, kutakasa na kuua vijidudu.

- Kitambaa cha nyuzi ndogo hunyonya zaidi kuliko vifaa vingine na huondoa uchafu na viini vya maradhi.
- Ukimaliza kutumia kitambaa cha nyuzi ndogo au deki, iweke kwenye mashine ya kuosha. Osha na vitambaa vingine vya nyuzi ndogo **tu**, sio pamoja na vitu vingine vyovyote. Kausha kwenye joto la chini kwenye mashine ya kukausha, au anika mpaka vikauke.

Jinsi ya Kuchagua Bidhaa Salama

Chagua bidhaa zilizothibitishwa kwa **Green Seal, Safer Choice au Design for the Environment.** Bidhaa zilizo na uthibitisho huu zina viungo salama. Tafuta nembo hizi:

Ikiwa bidhaa haina mojawapo ya lebo hizi za uthibitisho, chagua bidhaa ambayo:

- Haina neno "Danger (Hatari)" au "Warning (Onyo)" kwenye chombo.
- Sio ya aerosoli (bidhaa ambayo unanyunyizia, badala ya kuitia kwa kitambaa).
- Inaonyesha orodha ya viungo.
- Haina harufu kali ya kemikali.
- Haina manukato au vitia rangi Chagua bidhaa zisizo na manukato badala ya zisizo na harufu. Isiyo na manukato kwa kawaida inamaanisha hakuna kemikali zilizoongezwa ili kubadilisha harufu ya bidhaa. Isiyo na harufu inamaanisha kemikali iliongezwa ili kuficha harufu.

Maneno kama "ya asili,"bora kwa mazingira na "kijani" hayakaguliwi wala kuidhinishwa na serikali. **Hayamaanishi** kuwa bidhaa ni salama.

Kuchagua bidhaa salama za kusafisha

- Tafuta nembo ya Green Seal au Safer Choice.
- Chagua bidhaa isiyo na manukato na isiyo na kitia rangi.

Chagua vitakasa na kemikali salama za kuua vijidudu

- Chagua kitakasa na kemikali ya kuua vijidudu iliyo na nembo ya Design for the Environment. Ikiwa bidhaa haina nembo, tafuta viungo salama kama peroksaidi ya haidrojeni, asidi ya sitriki, ethanoli, asidi ya maziwa yaliyochachuka au isopropanoli.
- Hakikisha bidhaa unayochagua ina nambari ya usajili ya EPA.
- Tafuta neno "Caution (Tahadhari)." Epuka bidhaa zenye maneno "Danger (Hatari)" au "Warning (Onyo)."
- Hakikisha bidhaa imeidhinishwa kwa sehemu unakopanga kuitumia.
- Hakikisha inahitaji kugusa eneo kwa muda mfupi ili kuondoa uchafu (muda unaofaa zaidi ni sekunde 30 hadi dakika 1).
- Hakikisha kuwa vitakasa vimeidhinishwa kwa sehemu zinazoguswa na chakula.
- **Epuka na bidhaa za kuondoa rangi na bidhaa zenye quaternary ammonium compounds ("quats").** Zinaweza kusababisha au kufanya pumu kuwa mbaya zaidi. Ni vigumu kuzimua bidhaa za kuondoa rangi vizuri ikiwa unatumia aina zilizokolea.

Mahali pa Kununua Bidhaa Salama

Wasambazaji kwa kawaida hutoza bei nafuu kuliko maduka ya rejareja kama maduka ya dawa au maduka ya vyakula. Bidhaa huja na Karatasi ya Takwimu za Usalama (SDS) ambayo inajumuisha habari ya usalama inayofaa na lazima ihifadhiwe kwenye kituo cha utunzaji wa watoto. Informed Green Solutions imeshirikiana na WB Mason kuwapa watoa huduma wa huduma za kutunza watoto bidhaa salama na za bei zilizopunguzwa. Pata maelezo kuhusu jinsi ya kuagiza bidhaa mtandaoni kutoka Informed Green Solutions (kiungo cha Kiingereza).

Bidhaa za rejareja zinanunuliwa kutoka kwa duka. Maduka yanaweza kuwa na bidhaa za Green Seal, Safer Choice na Design for the Environment - kumbuka kutafuta nembo!

Jifunze zaidi kuhusu bidhaa salama za kusafisha na mazoea katika www.InformedGreenSolutions.org (kiungo cha Kiingereza).

Utambuzi: Mradi huu ulifadhiliwa na Informed Green Solutions. Informed Green Solutions ni 501(c)(3) ambayo hutoa elimu kuhusu faida za kununua bidhaa zinazofaa kwa mazingira na athari za maamuzi ya ununuzi kwa afya ya binadamu na mazingira.