

KODUS POLE MÕISTLIK LIIGSELT DESINFITSEERIDA

COVID-19 levik on maailma palju muutnud. Desinfitseerimise soovitusi näeme kõikjal ja see tundub olevat abinõu, millega loodetakse päästa maailma. Kas ja kui palju oleks ülepea mõistlik kodus desinfitseerida?

Puhastuseksperdi OÜ esindaja Helge Alt'i kinnitusele tasub enne desinfitseerimise asumist mõelda sellele, kuidas viirus SARS-CoV-2 teadaolevatel andmetel levib. Tegu on piisknakkusega, mille levik toimub ka pindade vahendusel. Viirus peab mingil moel pääsema meie organismi ning see on võimalik sisse hingates, näiteks kui keegi läheduses köhib või viirust välja hingab. Samuti võib viirus organismi sattuda limaskestade kaudu, kui saastunud kätega puudutame silmi või suud.

Viirusega tuleb hoida distantsi

Esmalt on asjakohased viimastel kuudel õpitud viirusest hoidumise viisid – distantsi hoidmine ning maski kandmine oludes, kus võib õhus olla haigusetkitajaid. Väga oluline on käte pesemine sooja vee ja seebiga ning seejärel kuivatamine.

Pesemist tasub alati eelistada desinfitseerimisele. Korralikult pestud käsi ei ole aga vaja enam desinfitseerida. Käsi tuleks desinfitseerida juhtudel, kui pesemine ei ole mingil põhjusel võimalik.

Enda jaoks tasub läbi mõelda kindlad reeglid, millal käsi pesta. Kindlasti peab seda esimese asjana tegema koju saabudes – nii väldime võimalike kaasa toodud mikroorganismide laialikandmist kodustele pindadele. Tava pesta käsi kohe pärast koju saabumist võiks olla harju-

museks igal ajal, mitte ainult koroonaeepideemia ajal.

Hetkel ühiskonnas toimuvat jälgides võib jääda mulje, et desinfitseerimine on vaid kasulik tegevus. Praku nii see ei ole. Helge Alt selgitab, et desinfitseerivad ained on biotsiidid ehk mikroorganisme hävitavad ained. Suur osa mikroorganismide on vajalikud meie elutegevuseks ning osaliselt hävivad desinfitseerivaid aineid kasutades ka need. Selle tagajärjel langeb inimeste immuunsus, suureneb allergiate tekkimine, võivad sagedamini tekkida astmaprobleemid.

Desinfitseerimist võib võrrelda antibiootikumidega, mida samuti ei võeta ennetavalt. Antibiootikumide võtmisel on kindlad reeglid, millest tuleb kinni pidada. Sama on ka desinfitseerivate ainete kasutamisel. Kui eesmärk on koroonaviiruse hävitamine, siis teadaolevate andmete põhjal on vaja vähemalt ühe minuti jooksul desinfitseerida 70% etanooli, 0,1% naatriumhüpokloriti või muu sarnase aine lahusega. Oluline on arvestada, et mustus takistab desinfitseeriva aine mõju. Seega on vaja esmalt käed puhtaks pesta.

Negatiivne mõju organismile

Kui kasutame desinfitseerivaid aineid mõtlematult, liialt sageli, ebaõige kontsentratsiooni või mõjuajaga, võivad tekkida ebasoovitavad tagajärjed.

SHUTTERSTOCK



Nendeks on elutegevuseks vajalike mikroorganismide hävimine ning sellest tingitud organismi immuunsuse, haiguste vastupanuvõime vähenemine ning resistentsete mikroorganismide teke. Sellised mikroorganismid on kahjulikud ja neid ei ole enam võimalik hävitada desinfitseerivate ainetega. Neid probleeme esineb nii meditsiinis kui ka puhastusprotsessides.

Ka terviseameti kemikaaliohutuse osakonna teatel on sel kevadel

Liigne desinfitseerimine pole vajalik ja võib kasu asemel hoopis kahju tuua.

märgatavalt suurenenud kodukeemia kasutamisega seotud mürgistuste hulk.

Tegelikult puudub kodus vajadus viiruse ennetamiseks desinfitseerivaid puhastusaineid kasutada. "Piisab tavapärase, mõistliku puhtuse loomisest. Hoolikamalt tasub alati puhastada puutepindasid. Seda muudugi ka muudel aegadel kui praegu. Nõnda saate ära hoida võimalik-

ke haigusetkitajate edasikandumise ja paljunemise koduses keskkonnas," selgitab Helge Alt.

Eeskätt tuleb tähelepanu pöörata käte pesemisele ning kontrollida enda käitumist, et vältida käte pesemise suu, nina ning silmade katsumist.

Me ei saa mõjutada õhus liikuvaid organisme, küll aga saame mõjutada kätega suu, nina, silmade katsumist.

Austraalias tehtud uurimus näitas, et ühes tunnis puudutab inimese kätega keskmiselt 23 korda nägu, 2,7 korda silmi, 3,1 korda nina ja 3,6 korda suud. Haigestumiseks võib piisata aga vaid ühest korrast. Seega tuleks end jälgida ja püüda võimalikult vähe kätega oma nägu katsuda.

KADRI PENJAM