



COVID -19

আপনার বাড়ির নিরাপদ জীবাণুমুক্তকরণ

Did you know?

হাইড্রোজেন পারক্সাইড বা ব্লিচ জাতীয় জীবাণুনাশক বাসা বাড়ির পৃষ্ঠতল বা উপরিভাগের করোনাভাইরাসকে মেরে ফেলার জন্য গুরুত্বপূর্ণ তবে স্বাস্থ্যের ক্ষতি ও হাঁপানি যাতে আরও খারাপ না হয়সেজন্য এগুলো অবশ্যই নিরাপদে ব্যবহার করা উচিত।

কর্মপত্র

- জীবাণুমুক্তকরণ কখন প্রয়োজন হয়? সব পরিবার "উচ্চমাত্রায় স্পর্শ হওয়া" পৃষ্ঠতলগুলো (দরজার হাতলের মতো) এর রুটিনমাসিক জীবাণুমুক্তকরণ বিবেচনা করতে পারে। যেসব বাসাবাড়িতে কেউ COVID-19 এ আক্রান্ত বা কেউ সম্ভাব্য আক্রান্তের ঝুঁকিতে আছেন সেসব বাসাবাড়ির জন্য আরো ব্যাপক জীবাণুমুক্তকরণ কৌশল এবং অন্যান্য [সতর্কতার](#) প্রয়োজন।
- হাঁপানিতে আক্রান্ত শিশুরা ব্লিচ ও অন্যান্য শক্তিশালী রাসায়নিকের প্রতি বিশেষত সংবেদনশীল। এসব পণ্যবাচ্চাদের থেকে দূরে নিরাপদে সংরক্ষণ করুন। জীবাণুনাশক ব্যবহার করার সময়, পরিশুদ্ধ বাতাসের জন্য জানালা খুলুন এবং শিশুদের সেই জায়গা থেকে দূরে রাখুন।
- জীবাণুমুক্ত করার আগে: সাবান + পানি দিয়ে পৃষ্ঠতল পরিষ্কার করুন, তারপরে ধুলো ও ঝুল দূর করতে শুকনাভাবে মুছুন। ধুলো / ঝুল ও কিছু জীবাণু থেকে মুক্তি পাওয়ার জন্য নিয়মিত গৃহস্থালি পরিষ্কারের কাজে (তবে সমস্ত জীবাণু না মারতে), এই রেসিপিটি ব্যবহার করে দেখুন:

রুটিনমাসিক পরিষ্কারের জন্য সবকাজে ব্যবহারযোগ্য ক্লিনার

- 1 কাপ গরম পানি
- 3 ফোঁটা গন্ধহীন তরল সাবান
- ½ কাপ সাদা ভিনেগার

একটি খালি স্প্রে বোতলে উপাদানগুলো মেশান।

একটিমাইক্রোফাইবার কাপড় বা কাগজের তোয়ালে দিয়ে আপনার বাড়ির বিভিন্ন পৃষ্ঠতল পরিষ্কার করতে ব্যবহার করুন।

- একটি জীবাণুনাশক নির্বাচন করুন যেমন হাইড্রোজেন পারক্সাইড, সঠিকভাবে মেশানো ঘরোয়া ব্লিচ বা COVID-19 এর জন্য অন্য কোনো EPA অনুমোদিত জীবাণুনাশক
- হাইড্রোজেন পারক্সাইড (3%) পৃষ্ঠতলগুলোতে প্রয়োগ করা যেতে পারে। স্প্রে বোতল ব্যবহার করা হলে "স্ট্রিম" সেটিংসটি ব্যবহার করুন ("মিস্ট/কুয়াশা" সেটিংস ব্যবহার করবেন না)। পৃষ্ঠগুলি পুরোপুরি শুকিয়ে যাওয়ার সুযোগ দিন (বা কাগজের তোয়ালে দিয়ে এটি 6 মিনিটের পরে মুছুন)।

[more](#) →



- সাধারণ ঘরোয়া বা লন্ড্রি ব্লিচ (5.25% বা 6%) ব্যবহার করা যেতে পারে। এটি নিরাপদে ব্যবহার করুন:
 - অতিমাত্রায় শক্তিশালী ব্লিচ ব্যবহার করবেন না। কখনও ব্লিচ ও অ্যামোনিয়া বা অন্য কোনো ক্লিনজার মিশ্রণ করবেন না - এটি বিষাক্ত ধোঁয়া তৈরি করতে পারে।
 - সুরক্ষা: পরিশুদ্ধ বাতাসের জন্য জানালাগুলি খুলুন। গ্লাভস পরুন। শিশুদের জায়গাটি থেকে দূরে রাখুন। বেশি পরিমাণে ব্লিচ ব্যবহার করা ক্ষতিকারক হতে পারে, বিশেষত হাঁপানি থাকা লোকেদের জন্য।
 - সাবধানে এটি পাতলা করুন: শীতল পানির সাথে মিশিয়ে সাবধানে ব্লিচটি পাতলা করতে একটি ফানেল ব্যবহার করুন। প্রতিদিন একটি নতুন ব্যাচ তৈরি করুন কারণ এটি সময়ের সাথে শক্তি হারাতে পারে।

ব্লিচ মেশানোর রেসিপি

ছোট ব্যাচ:

1 চা চামচ ঘরোয়া ব্লিচ +
1 কাপ শীতল পানি

বড় ব্যাচ:

1/3 কাপ ঘরোয়া ব্লিচ +
1 গ্যালন শীতল পানি

- মিশ্রিত ব্লিচটি নিরাপদে প্রয়োগ করুন: ভিজে চকচকে না হওয়া পর্যন্ত সাবধানে পৃষ্ঠতলে প্রয়োগ করে জীবাণুমুক্ত করুন। স্প্রে বোতল ব্যবহার করা হলে "স্ট্রিম" সেটিংসটি ব্যবহার করুন ("মিস্ট/কুয়াশা" সেটিংস ব্যবহার করবেন না)।
- জীবাণুনাশক সময়: পৃষ্ঠগুলি সম্পূর্ণ শুকিয়ে যাওয়ার সুযোগ দিন (বা একটি কাগজ তোয়ালে দিয়ে 5 থেকে 10 মিনিট পরে মুছুন)।

রিসোর্স

তথ্যের জন্য, পরিদর্শন করুন:

healthychildren.org এবং অনুসন্ধান করুন "Cleaners, Sanitizers, and Disinfectants"

cdc.gov/coronavirus এবং অনুসন্ধান করুন "Cleaning and Disinfection for Households"

এনওয়াই স্টেট ডিপার্টমেন্ট অভ হেলথ এর কাছ থেকে তথ্য পেতে পরিদর্শন করুন coronavirus.health.ny.gov.

অনুবাদ করতে, উপরের ডানে অবস্থিত নির্দিষ্ট কোণায় "Translate" ক্লিক করুন এবং "Bengali" নির্বাচন করুন।

আরো তথ্যের জন্য, পরিদর্শন করুন: nyscheck.org/covid এবং nyscheck.org/rxs.

অনুবাদ করতে, পৃষ্ঠার নিচে "Select Language" মেন্যু থেকে "Bengali" নির্বাচন করুন।

এই এসব তথ্য কি কোনো উপকারে এসেছে?
আমাদের জানাতে bit.ly/SaferDisinfectingRx পরিদর্শন করুন।

সংস্করণ: এপ্রিল 2020



New York State Children's
Environmental Health Centers

PEHSU
Pediatric Environmental Health Specialty Unit
Region 2: NJ | NY | PR | USVI

Icahn School of Medicine at Mount Sinai
The Transdisciplinary Center on Early Environmental Exposures

NYSCHECK.ORG

f NYSCHECK

@NYSCHECK