



Làm Thế Nào Để Làm Sạch, Sát khuẩn, Khử Trùng Bề Mặt

Tác giả: Kathryn Parraga, Chuyên gia mở rộng an toàn thực phẩm cơ bắp, Trung Tâm Nghiên cứu Nông nghiệp Thủy sản Virginia và Mở rộng, Virginia Tech; H. Lester Schonberger, Cộng tác viên nghiên cứu, Khoa Khoa học và Công nghệ Thực phẩm, Virginia Tech; Abigail Villalba, Chuyên gia khuyến nông, Trung tâm Nghiên cứu và Mở rộng Nông nghiệp Thủy sản Virginia, Virginia Công nghệ; Doanho Ha, Kỹ Thuật Viên, Khoa Dinh Dưỡng và Công Nghệ Thực Phẩm, Cal Poly Pomona University; Laura K. Strawn, Phó Giáo sư và Chuyên gia Khuyến Nông, Khoa Khoa học và Công nghệ Thực phẩm, Virginia Công nghệ; và Reza Ovissipour, giáo sư và Chuyên gia Khuyến Nông, Khoa Khoa học và Công nghệ Thực phẩm, Virginia Tech

Giới thiệu

Làm sạch, sát khuẩn hoặc khử trùng bề mặt các đồ dùng trong gia đình là điều mọi người nên làm thường xuyên. Lau chùi bao lâu một lần phụ thuộc vào vật liệu và tần suất bề mặt được sử dụng hoặc chạm vào. Các khu vực hoặc bề mặt thường xuyên chạm vào như bàn và mặt bàn nhà bếp có thể cần phải được làm sạch hàng ngày, hoặc thậm chí thường xuyên hơn. Chúng ta hãy đi qua các bước về cách làm sạch, sát khuẩn hoặc khử trùng các bề mặt.

An toàn là trên hết

Hình 1 cung cấp một cái nhìn tổng quan về các mẹo để sử dụng các hóa chất gia dụng an toàn. Ví dụ, đọc nhãn nên chú ý đến các cảnh báo và hướng dẫn nguy hiểm. Chúng tôi khuyên bạn nên làm sạch, và sát khuẩn hoặc khử trùng ở những khu vực thông gió tốt, để tránh hít phải khí độc hại. Đeo găng tay dùng một lần và kính bảo vệ mắt để ngăn ngừa tiếp xúc ngoài ý muốn với da hồng gây khó chịu. Sau khi làm xong loại bỏ găng tay và rửa tay, để tránh ô nhiễm chéo.

A Làm Sạch

Sau khi đánh giá độ an toàn, bước đầu tiên là làm sạch các bề mặt bằng nước và xà phòng. Để bắt đầu, cạo và rửa các bề mặt bằng nước để loại bỏ thức ăn mắc kẹt, dính, dầu mỡ, bụi bẩn hoặc các chất khác. Sau đó, rửa bằng nước và dung dịch xà phòng hoặc chất tẩy rửa. Tiếp theo, rửa kỹ bề mặt bằng nước sạch (loại bỏ bất kỳ chất còn lại bao gồm bụi, mảnh vụn thực phẩm, và xà phòng). Bây giờ, bề mặt đã sẵn sàng để sát khuẩn hoặc khử trùng (xem bước tiếp theo).

Nếu bạn không cần sát trùng hoặc khử trùng, bạn có thể để bề mặt khô tự nhiên, hoặc lau khô bằng khăn giấy sử dụng một lần hay khăn sạch, sau đó sử dụng.



Hình 1. Các mẹo để sử dụng dung dịch hóa học an toàn (Hình của Reza Ovissipour).

Chọn sát khuẩn hay khử trùng

Lựa chọn có nên sát khuẩn hoặc khử trùng bề mặt đã được rửa sạch phụ thuộc vào loại vi trùng bạn muốn giảm (xem [FST-386NP](#)) và tần suất chạm/ sử dụng bề mặt, dụng cụ, thiết bị hoặc đồ vật. Hãy chắc chắn

đọc nhãn để biết cách pha chế, sử dụng dung dịch an toàn trên bề mặt hoặc đồ vật (ví dụ: mặt bàn bếp của bạn (bề mặt tiếp xúc với thực phẩm), khác với trong phòng tắm của bạn (bề mặt tiếp xúc phi thực phẩm)).

Chuẩn bị dung dịch sát khuẩn hoặc dung dịch khử trùng

Khi chuẩn bị dung dịch sát khuẩn hoặc dung dịch khử trùng của riêng bạn, chúng tôi khuyên nên pha chế trong bồn rửa hoặc một cái thùng lớn có viền cao (ví dụ: khay có viền, xô lớn, trong bồn tắm, v.v.) để dễ dàng chứa và làm sạch nếu bạn làm đổ. Tốt nhất là có một bộ dụng cụ riêng để pha trộn hóa chất tẩy rửa, và tuyệt đối không dùng chúng để nấu ăn. Bạn cũng có thể chuẩn bị sẵn một cái khăn xài một lần để chùi, khi lỡ làm đổ hoặc tràn hóa chất.

Trộn hóa chất với nước theo hướng dẫn nhãn, để tạo ra dung dịch sát khuẩn hoặc khử trùng thích hợp cho bề mặt hoặc đồ vật được chọn. Sử dụng nước ở nhiệt độ phòng, trừ khi ghi khác trên nhãn.

Sử dụng dung dịch đã chuẩn bị cho các đồ vật trong nhà

Áp dụng dung dịch đã chuẩn bị lên toàn bộ bề mặt đã làm sạch. Không rửa sạch hoặc lau khô. Để dung dịch trên bề mặt theo chỉ định trên hướng dẫn nhãn. Đây được gọi là thời gian tiếp xúc. Thời gian tiếp xúc rất quan trọng để cho phép vi trùng bị tiêu diệt.

Nếu nhãn ghi có thể được sử dụng trên "Bề mặt tiếp xúc thực phẩm", thì bạn có thể dùng nó trên các bề mặt như bát đĩa, dụng cụ nấu ăn và mặt bàn bếp.

Đôi khi, trên nhãn cũng có ghi chú nếu cần phải rửa sạch bề mặt tiếp xúc thực phẩm bằng nước sau khi khử trùng (điều này phổ biến với các dung dịch khử trùng, vì nồng độ hóa học thường cao hơn so với các dung dịch sát khuẩn). Việc rửa lại bằng nước sẽ trôi đi dư lượng dung dịch còn sót, có thể bám lên thực phẩm của bạn (tức ô nhiễm chéo).

Chất sát khuẩn và chất khử trùng thường được sử dụng

Một số hóa chất được sử dụng phổ biến nhất cho sát khuẩn và khử trùng bao gồm:

- Thuốc tẩy (natri hypochlorite)
- Amoni bậc bốn (quaternary ammonium)

- Hydrogen peroxide
- Dung dịch cồn (ít nhất 70% cồn)

Bạn có thể tự pha chế theo hướng dẫn nhãn, hoặc bạn có thể mua hỗn hợp sát khuẩn hoặc khử trùng đã được pha chế sẵn.

Nếu bạn đang tìm kiếm chất khử trùng đã được thử nghiệm để chống lại virus SARS-CoV-2, hãy xem cẩn kỹ xác nhận trên nhãn, hoặc xem [Danh sách-N](#) của Cơ quan Bảo vệ Môi trường (Environmental Protection Agency's List-N) để tìm các sản phẩm diệt virus SARS-CoV-2 đã được thử nghiệm.

Sử dụng hỗn hợp sát khuẩn hoặc dung dịch khử trùng pha sẵn

Nếu mua dung dịch được pha sẵn, hãy đảm bảo nó có thể được sử dụng trên các bề mặt được chọn (ví dụ: bề mặt tiếp xúc với thực phẩm hoặc phi thực phẩm) và hiệu quả chống lại vi trùng (ví dụ: vi khuẩn, virus, ký sinh trùng và nấm) bạn muốn giảm / tiêu diệt. Nếu sử dụng khăn lau diệt khuẩn chuẩn bị sẵn (disinfectant wipe), có thể cần phải sử dụng nhiều hơn một cái khăn lau để làm sạch bề mặt đúng cách, và giữ cho nó ướt trong suốt thời gian tiếp xúc đã nêu, để sát khuẩn hoặc khử trùng.

Đánh giá bề mặt vật dụng trong gia đình của bạn

Nhãn hướng dẫn luôn ghi chú thông tin về các bề mặt có thể sử dụng sản phẩm. Thông thường, các bề mặt này cứng và sẽ không hấp thụ xà phòng, nước và sản phẩm khử trùng (điều này có nghĩa là chúng "không xốp"). Một số ví dụ về các bề mặt này bao gồm và không giới hạn:

- Bàn hoặc mặt bàn không bằng gỗ (đá, bê tông, hỗn hợp đá)
- Tay cầm (bồn rửa, tủ lạnh, tủ, ngăn kéo, tay nắm cửa)
- Chậu bồn rửa và bồn tắm (bao gồm vòi nước)
- Nhà vệ sinh
- Công tắc đèn
- Thiết bị điện tử (điện thoại, máy tính bảng, màn hình cảm ứng, bàn phím và điều khiển từ xa. Luôn kiểm tra hướng dẫn của nhà sản xuất để biết thêm chi tiết hoặc cân nhắc.)

Mẹo an toàn bổ sung (Hình 1)

- Không sử dụng các chất tẩy rửa để làm sạch hoặc vệ sinh thực phẩm. Thực phẩm tiếp xúc trực tiếp với các dung dịch này có thể để lại dư lượng trong thực phẩm và gây độc hại. Chỉ sử dụng như được chỉ định trên nhãn.
- Làm theo hướng dẫn trên nhãn. Điều quan trọng là không trộn lẫn các hóa chất với nhau, ví dụ trộn thuốc tẩy với amoniac. Sự trộn lẫn này không làm cho hỗn hợp “mạnh hơn”, thay vào đó chúng có thể gây hại nghiêm trọng (như tạo ra khí độc có thể làm bất tỉnh).
- Giữ các hợp chất hóa học xa nơi trẻ em và vật nuôi có thể tiếp cận. Nếu bạn nghi ngờ họ đã tiếp xúc với các dung dịch này, hãy gọi Cơ Quan Kiểm Soát Chất Độc (Poison Control 1-800-222-1222). Hãy cất chai lọ hóa chất vào một thùng chứa thứ cấp, là một thực hành tốt nhất, trong trường hợp rò rỉ xảy ra.
- Không ăn, uống, thở hoặc tiêm hóa chất vào cơ thể hoặc bôi trực tiếp lên da (trên người hoặc vật nuôi). Hầu hết các hóa chất là chất kích thích da và có thể gây bỏng, phát ban hoặc các phản ứng khác.

Tham khảo

Trung tâm Dịch bệnh Hoa Kỳ Control and Prevention (CDC). 2021. Làm thế nào để làm sạch và khử trùng trường học để giúp làm chậm sự lây lan của cúm. Nguồn: <https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>

CDC. 2021. Làm sạch và khử trùng nhà của bạn. Nguồn: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>

CDC. 2008. Giới thiệu, Phương pháp, Định nghĩa về thuật ngữ - Hướng dẫn khử trùng và tiệt trùng trong các cơ sở chăm sóc sức khỏe. Nguồn:

<https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/disinfection/introduction.html>

Cơ quan Bảo vệ Môi trường Hoa Kỳ (EPA). 2020. Sáu bước sử dụng chất khử trùng an toàn và hiệu quả. Nguồn:

<https://www.epa.gov/sites/production/files/2020-04/documents/disinfectants-onepager.pdf>

EPA. 2021. Sự khác biệt giữa các sản phẩm khử trùng, sát khuẩn và làm sạch bề mặt là gì? Nguồn:

<https://www.epa.gov/coronavirus/whats-difference-between-products-disinfect-sanitize-and-clean-surfaces>

Tham khảo bổ sung

Làm sạch, sát trùng, khử trùng và tiệt trùng. Sự khác biệt là gì? FST 386NP. Nguồn:

<https://resources.ext.vt.edu/contentdetail?contentid=3198&contentname=Cleaning,%20Sanitizing,%20Disinfecting,%20and%20Sterilizing.%20What%27s%20the%20difference%3F>

Lời cảm tạ

Công việc này được hỗ trợ bởi Chương Trình Tài Trợ Sáng Kiến Nghiên Cứu Nông Nghiệp và Thực Phẩm A4131 (cấp số 2020-68003-32876, "Tổng hợp khái quát những vấn đề cung cấp thực phẩm từ nông trại đến bàn ăn trong dịch COVID-19" của Viện Lương thực và Nông nghiệp Quốc gia thuộc Bộ Nông nghiệp Hoa Kỳ (U.S. Department of Agriculture's National Institute of Food and Agriculture).

Visit Virginia Cooperative Extension: ext.vt.edu

Các chương trình tại Virginia Cooperative Extension và việc làm được mở cho tất cả mọi người, bất kể tuổi tác, màu da, khuyết tật, giới tính, bản sắc giới tính, biểu hiện giới tính, nguồn gốc quốc gia, liên kết chính trị, chủng tộc, tôn giáo, khuynh hướng tình dục, thông tin di truyền, tình trạng cựu chiến binh hoặc bất kỳ các điều cơ bản nào khác được pháp luật bảo vệ. Khẳng định là một cơ quan tuyển dụng tạo cơ hội lao động bình đẳng cho mọi người. Được ban hành trong việc tiếp tục hợp tác giữa Viện Virginia Extension, Viện Đại Học Bách Khoa tiểu bang Virginia, Đại học bang Virginia, và Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ. Edwin J. Jones, Giám đốc, Virginia Cooperative Extension, Virginia Tech, Blacksburg; M. Ray McKinnie, Quản trị viên, Chương trình Mở rộng năm 1890, Đại học bang Virginia, Petersburg.