CCHD

ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਕੋਵਿਡ-19

ਚੈਸਟਰ ਕਾਊਂਟੀ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ

ਜਾਣਕਾਰ ਬਣੋ

ਤੱਥਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ, ਤੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ, ਡਰ ਖ਼ਤਮ ਕਰੋ

ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ

ਕੋਵਿਡ-19 ਮੁੱਢਲੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਕਾਰਨ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਉਸ ਸਤਹਿ ਦੇ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਆਉਣ 'ਤੇ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਵਿਸ਼ਾਣੂੰ ਹੋਣ। ਜਦਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਸਤਹਾਂ ਉੱਪਰ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਛੂਹੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਫ਼ਰਕ ਨੂੰ ਜਾਣੋ

ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ ਧੂੜ, ਮੈਲ ਨੂੰ ਹਟਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਤਹਾਂ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ਾਣੂੰਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ

ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰਨਾ, ਸਤਹਾਂ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਉੱਪਰ ਪਏ ਕੀਟਾਣੂੰਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਾਣੂੰਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰ

ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਪਸਾਰੇ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ!

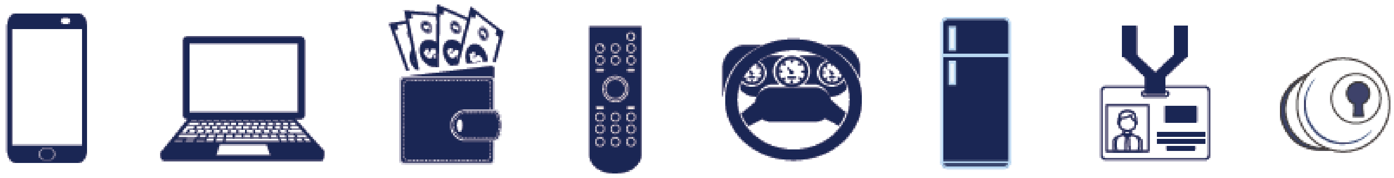
ਪੜ੍ਹੋ

ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ। ਸਾਰੇ ਉਤਪਾਦ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਗਿੱਲਾ ਰੱਖਣਾ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਹਦਾਇਤਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਉਣਾ, ਦੇ ਬਾਰੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਸਾਫ਼ ਕਰੋ

ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ! ਜੇ ਸਤਹਿ ਤੇ ਧੂੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਕੀਟਾਣੂੰ ਨਾਸ਼ਕ ਅਸਰਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ। ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਧੂੜ ਅਤੇ ਮੈਲ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰੋ

ਕੋਵਿਡ-19 ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਬਣਾਏ ਗਏ ਪੰਜੀਕ੍ਰਿਤ ਕੀਟਾਣੂੰ ਨਾਸ਼ਕ ਨੂੰ ਲਗਾਓ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਉਤਪਾਦ ਸ਼ਾਇਦ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘਰ ਵਿਚ ਹਨ।
ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਈ ਦੇਖੋ: http://bit.ly/EPAdisinfectants

ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰਨਾ ਨਾ ਭੁੱਲੋ...