

كيف تغسل ملابسك بأمان إذا كنت مصابًا بجذري القروء

جدري القروء هو مرض معدٍ ينتج عن الإصابة بفيروس جذري القروء. وغالبًا ما ينتشر من خلال الاتصال المباشر بطفح جلدي أو تقرحات لشخص مصاب بالفيروس أو نتيجة ملامسة الملابس أو الفراش أو الأشياء الأخرى التي يستخدمها هذا الشخص.

تقليل احتمالية انتشار جذري القروء

إذا كنت تعاني من طفح جلدي أو تقرحات على جسمك، فارتدِ ملابس يمكن غسلها في الغسالة. واهتم بملابسك واغسلها بنفسك، إن أمكن، واستخدم حقيبة غسيل من القماش وقابلة للغسل وغير شبكية - لا تستخدم منطفاً جافاً أو تترك ملابسك ليقوم شخص آخر بتنظيفها. وضع ملابسك بعيداً عن ملابس الآخرين في منزلك. وإذا كنت بحاجة إلى صديق أو أحد أفراد الأسرة لغسل ملابسك، فاطلب منه ارتداء قناع للوجه وقفازات تُستخدم لمرة واحدة.

عند غسل ملابسك، ننصحك باتباع ما يلي:

- ضع الأغراض برفق مع الحقيبة داخل الغسالة.
- تجنّب هز الأغراض أثناء إخراجها من الحقيبة.
- استخدم الماء الساخن أو أعلى وضع لدرجة الحرارة.
- استخدم المنظفات العادية. ولا داعي لاستخدام الكلور أو المبيض الآمن على الألوان أو أي مطهر آخر.
- جفّف الملابس النظيفة والمبللة على أعلى درجة حرارة مسموح بها. وننصحك بالتحقق من الملصقات الموجودة على الملابس للاطلاع على الإرشادات.
- جفّف في الهواء بالمنزل أي أغراض لا يمكن تجفيفها في الغسالة.
- إذا كنت في مغسلة أو غرفة غسيل مشتركة أخرى، فننصحك بإخراج الملابس النظيفة والجافة من المجفّف، ثم وضعها مباشرة في الحقيبة النظيفة وطبها بعد ذلك في المنزل.
- اجعل وقتك محدوداً في أماكن الغسيل العامة. وإذا أمكن، فاذهب إلى المنزل خلال الفترة الفاصلة بين غسل الملابس وتجفيفها، أو اذهب للخارج لتجنب الاتصال الوثيق مع الآخرين.

بالنسبة للأغراض التي لا يمكن غسلها في الغسالة، فننصحك باتباع ما يلي:

- اغسلها في حوض أو حوض استحمام باستخدام المنظف.
- نظّف أو عقّم الأغراض التي لامست الطفح الجلدي أو التقرحات (على سبيل المثال ساعات اليد والأحزمة والقبعات) باستخدام المطهر المناسب من قائمة وكالة حماية البيئة الأمريكية (U.S. Environmental Protection Agency)، (المتوفرة على bit.ly/epa-disinfectants-list).
- ضع الأغراض في حقيبة بلاستيكية مغلقة لمدة 21 يوماً إذا لم يكن بالإمكان غسلها في المنزل.