

**23. गत्ता, धातु, कंक्रीट या लकड़ी से बने सतहों, या डोरकनॉब्स, ताजे फल और सब्जियों पर COVID-19 कोरोना वायरस कितने समय तक रहते हैं? इनकी सफाई कैसे करें?**

उत्तर- चिकित्सा अध्ययनों से पता चला है कि COVID-19 कोरोनोवायरस का विभिन्न सतहों पर निम्न अवधि के लिए पता लगाया जा सकता है:

काँपर की सतह - 4 घंटे

कार्डबोर्ड सरफेस (कार्टन और बॉक्स) - 24 घंटे

प्लास्टिक, कंक्रीट और स्टील - 72 घंटे

वायरस सामग्री की कुल मात्रा समय के साथ कम होती रहती है, इसलिए इन सतहों से संक्रमण होने का जोखिम समय के साथ कम हो जाता है पर सटीक जोखिम अज्ञात है। स्पर्श करने वाली सतहों से बीमारी के जोखिम को कम करने का सबसे अच्छा तरीका हाथ धोना है। यह भी उतना ही आवश्यक है कि सतहों से संपर्क करने के बाद साबुन से हाथ साफ करने तक नाक और मुँह या चेहरे को न छुएं।

कार्डबोर्ड बक्से पर वायरस पनपता है। इसलिए, पैकेज प्राप्त करने के बाद, सामग्री को हटा दें, बॉक्स को हटा दें, और तुरंत हाथों को धो लें।

**दूषित सतहों (डॉकनॉब्स, किचन काउंटरटॉप्स, टॉयलेट्स, डाइनिंग टेबल, फ़र्नीचर इत्यादि) पर सफाई के टिप्स** - ऐसे घरेलू क्लीनर का उपयोग करें जिनमें साबुन, क्लोरीन ब्लीच या 70% अल्कोहल हो। वायरस को मारने में साबुन आधारित क्लींजर सबसे प्रभावी होते हैं।

**फलों और सब्जियों को साफ करने के टिप्स** - ताजे फल और सब्जियां कई हैंडलर से गुजरती हैं और उनमें कीटाणु और रासायनिक संरक्षक होते हैं। इन दूषित पदार्थों से छुटकारा पाने के कदमों में शामिल हैं:

- एक छलनी बड़े कंटेनर का उपयोग करके चल रहे नल के पानी के नीचे धोएं, ताकि पानी बहता रहे।
- धुले हुए सब्जियों और फलों को पानी के सिरके के एक बड़े बर्तन में रखें। 2-3 लीटर पानी में 100 मिलीलीटर (आधा कप) सिरका धुल कर प्रयोग करें।

- या सिरके के स्थान पर नमक और नींबू के रस का उपयोग करें। इस उद्देश्य के लिए, एक चम्मच नींबू के रस के साथ चार चम्मच नमक का उपयोग 2-3 लीटर पानी में करें।
- या पोटेशियम परमैंगनेट का पतला घोल - पोटेशियम परमैंगनेट का उपयोग करते समय, बहुत सतर्क रहें क्योंकि यह एक शक्तिशाली रसायन है। यदि उच्च सांद्रता में उपयोग किया जाता है, तो इससे गले में जलन, मतली, उल्टी, पेट में दर्द और यहां तक कि गुर्दे की क्षति हो सकती है। फलों और सब्जियों को धोने के लिए, पतली सांद्रता वाले मेडिकल-ग्रेड पोटेशियम परमैंगनेट (कुछ ग्राम की छोटी बोतलों में उपलब्ध) का उपयोग करें। 2 लीटर पानी में केवल एक ग्राम का उपयोग करें, इसलिए धोने के पानी का अंतिम रंग हल्का गुलाबी हो।