



# Oregon

Kate Brown, Governor



# Oregon Health Authority

## Đề Nghị Giữ Vệ Sinh và Lịch Làm Sạch Cơ Sở Giữ Trẻ Khẩn Cấp Trong Mùa Dịch COVID-19

### Mục đích

Hướng dẫn này cung cấp các đề nghị về việc làm sạch và khử trùng các phòng hoặc khu vực được sử dụng để [Giữ Trẻ Khẩn Cấp](#) và được dựa trên đề nghị của CDC cho các phòng và khu vực được sử dụng bởi các cá nhân bị nghi ngờ hoặc các trường hợp được xác nhận bị nhiễm COVID-19. Điều này nhằm hạn chế sự tồn tại của vi rút corona mới ở những nơi quan trọng. Các đề nghị này sẽ được cập nhật nếu có thông tin bổ sung.

### Làm Thế Nào Để Làm Sạch và Khử Trùng

#### Bề mặt

- Mang găng tay dùng một lần.
- Nếu bề mặt bẩn, chúng nên được làm sạch bằng chất tẩy rửa hoặc xà phòng và nước trước khi khử trùng.
- Sử dụng [chất tẩy rửa gia dụng được đăng ký với EPA](#) và làm theo hướng dẫn trên nhãn (ví dụ như nồng độ, cách dùng, và thời gian tiếp xúc, vv).
- Ngoài ra, các dung dịch thuốc tẩy (bleach) gia dụng được pha loãng cũng đem lại hiệu quả.
  - Dung dịch thuốc tẩy gia dụng được pha loãng có thể được sử dụng nếu thích hợp cho bề mặt. Kiểm tra để đảm bảo sản phẩm không quá ngày hết hạn. Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất cho việc sử dụng và thông gió thích hợp. Không bao giờ trộn thuốc tẩy gia dụng với amoniac hay bất kỳ chất tẩy rửa nào khác. Thuốc tẩy gia dụng chưa hết hạn sẽ diệt được vi rút corona khi được pha loãng đúng cách.
  - Cách pha thuốc tẩy. Chuẩn bị dung dịch thuốc tẩy bằng cách pha:
    - 5 muỗng canh (1/3 cup) thuốc tẩy cho mỗi gallon nước HOẶC
    - 4 muỗng cà phê thuốc tẩy cho mỗi quart nước
- Đối với các bề mặt mềm (xốp) như sàn trải thảm, thảm và rèm, hãy loại bỏ chất bẩn thấy được nếu có và làm sạch với chất tẩy rửa thích hợp chuyên dùng cho các bề mặt này. Sau khi làm sạch:
  - Nếu vật dụng có thể được giặt, giặt sạch vật dụng theo hướng dẫn của nhà sản xuất bằng nước nóng phù hợp nhất cho vật dụng và sau đó làm khô vật dụng hoàn toàn.
  - Nếu không, hãy sử dụng sản phẩm được [EPA chấp thuận diệt vi rút mới](#) phù hợp cho các bề mặt xốp.
- Nên khử trùng thường xuyên bề mặt hay thường được chạm vào. Những bề mặt này bao gồm:
  - Bàn, tay nắm cửa, công tắc đèn, mặt bàn, tay cầm, bàn làm việc, điện thoại, bàn phím, nhà vệ sinh, vòi nước, bồn rửa, vv.

## Vải lanh, quần áo, và các mặt hàng khác được đem đi giặt

- Mang găng tay dùng một lần.
- Rửa tay bằng xà phòng và nước ngay khi quý vị tháo găng tay.
- Không rửa đồ bẩn được đem đi giặt.
- Giặt vật dụng theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Dùng nước ấm phù hợp nhất và làm khô vật dụng hoàn toàn.
- Đồ giặt bẩn từ một người bệnh có thể được giặt chung với vật dụng của những người khác.
- Làm sạch và khử trùng thau để quần áo theo như hướng dẫn trên cho các bề mặt.
- Rửa vật dụng phù hợp theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Nếu có thể, giặt vật dụng với nước ấm phù hợp nhất cho các vật dụng và làm khô các vật dụng hoàn toàn.

## Đồ điện tử

- Đối với các thiết bị điện tử, chẳng hạn như máy tính bảng, màn hình cảm ứng, bàn phím, bộ điều khiển từ xa và máy ATM
  - Hãy xem xét việc bọc một lớp có thể lau chùi được cho các thiết bị điện tử.
  - Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất để làm sạch và khử trùng.
  - Nếu không có hướng dẫn, hãy sử dụng các khăn lau chứa cồn hoặc thuốc xịt có chứa ít nhất 70% cồn. Làm khô bề mặt hoàn toàn.

## Đồ chơi

- Thu hồi đồ chơi khi chúng trở nên bẩn trong ngày.
  - Đồ chơi "cho vô miệng" – sau mỗi lần trẻ sử dụng.
  - Tất cả các đồ chơi khác – hàng ngày, hoặc khi cần thiết.
- Sắp xếp đồ chơi vào thùng chứa riêng biệt: một thùng dành cho đồ chơi vải và nhồi bông và một thùng dành cho đồ chơi gỗ và nhựa. Sắp xếp đồ chơi trước sẽ làm cho nó dễ dàng hơn để rửa và khử trùng.
- Vào cuối ngày, hoặc vào một thời gian quy định (ví dụ như lúc ngủ trưa), hãy làm sạch, rửa và khử trùng đồ chơi.
- Quý vị có thể giặt đồ chơi bằng máy giặt, máy rửa chén, hoặc rửa đồ chơi bằng tay.

## Rửa đồ chơi bằng tay

### Bước 1: Làm sạch

- Rửa và chà đồ chơi triệt để bằng xà phòng hoặc chất tẩy rửa và nước ấm để loại bỏ hầu hết bụi bẩn, cặn bẩn và nước miếng. **Đây là bước quan trọng nhất trong việc làm sạch đồ chơi.**
- Quan trọng là làm sạch đồ chơi trước khi khử trùng chúng vì chất khử trùng diệt vi trùng tốt hơn trên bề mặt sạch.

### Bước 2: Rửa sạch

- Rửa đồ chơi bằng nước để loại bỏ bụi bẩn, lượng xà phòng dư và vi trùng giúp bề mặt sạch sẽ.

### Bước 3: Khử trùng

- Khử trùng làm giảm vi trùng trên bề mặt đến mức được coi là an toàn.
- Nhúng đồ chơi trong dung dịch thuốc tẩy clo; xem "Cách Pha Thuốc Tẩy" để biết tỷ lệ chính xác. Bảo vệ da của quý vị bằng găng tay nhựa gia dụng.
- Để cho đồ chơi khô hoàn toàn (tức là qua đêm) hoặc chờ 2 phút cho thuốc tẩy phát huy tác dụng trước khi lau khô đồ chơi bằng khăn giấy.
- Clo từ dung dịch khử trùng bốc hơi ra khỏi đồ chơi nên lượng dư không còn, và không cần rửa thêm.

### **Rửa đồ chơi trong máy rửa chén**

- Một số đồ chơi CỨNG như gỗ, nhựa hoặc kim loại có thể được rửa sạch trong máy rửa chén. Xem hướng dẫn trên đồ chơi.
- Dùng đúng lượng xà phòng rửa chén do nhà sản xuất đề nghị.
- Rửa đồ chơi bằng máy rửa chén đến hết chu kỳ rửa và làm khô của máy.
- Không rửa đồ chơi với bát đĩa, muỗng nĩa bẩn, v.v...

### **Giặt đồ chơi trong máy giặt**

- Nhiều đồ chơi MỀM làm bằng vải, chẳng hạn như thú nhồi bông, đồ chơi lắc, và quần áo cải trang có thể được giặt trong máy giặt. Xem hướng dẫn trên đồ chơi.
- Sử dụng nước NÓNG và chất tẩy rửa.
- Nếu được, làm khô đồ chơi hoàn toàn trong máy sấy nóng.

**Để biết thêm thông tin, xem "Lịch Làm Sạch Được Đề Nghị" trên trang 4-5.**

## Lịch Làm Sạch Được Đề Nghị cho Cơ Sở Giữ Trẻ Khẩn Cấp

Nhiệm vụ	Khử Trùng	Tẩy Trùng	Hàng Ngày	Hàng Tuần	Trước & Sau Mỗi Lần Sử Dụng	Ghi Chú:
<b>Khu Vực Giữ Trẻ</b>						
Tay nắm cửa & tủ		X	X			Vào cuối ngày.
Vòi nước uống		X	X*			Đề nghị không sử dụng, thay vào đó, sử dụng ly uống nước hoặc bình nước riêng cho từng người
Đồ chơi cho vô miệng	X				X*	Lấy ra sau khi được cho vô miệng, sau đó làm sạch và <b>khử trùng</b> trước khi tái sử dụng.
Núm vú giả	X		X*			Nên được làm sạch bằng xà phòng và nước giữa những lần sử dụng của cùng một đứa trẻ. <b>Khử trùng</b> bằng cách nhúng trong nước sôi hoặc rửa trong máy rửa chén một lần mỗi ngày. Núm vú giả không thể dùng chung giữa trẻ em.
Đồ chơi vải & quần áo cải trang	X		X			Khử trùng bằng thuốc tẩy theo hướng dẫn của nhà sản xuất trang thiết bị hoặc rửa với nhiệt độ trên 140° F.
Mũ & mũ bảo hiểm	X				X	Sau mỗi lần mỗi đứa trẻ sử dụng.
Đồ chơi của trẻ sơ sinh và trẻ mới biết đi	X		X*			
Đồ chơi của trẻ mầm non & trẻ ở tuổi đi học	X		X*			Lịch làm sạch cụ thể của cơ sở phải được triển khai và làm theo.
Đồ nội thất bọc da			X*			Hút bụi hàng ngày khi không có mặt trẻ em. Làm sạch khi cần thiết bằng cách sử dụng máy giặt thảm, hoặc máy hơi nước. <b>Đối với phòng trẻ sơ sinh, làm sạch ít nhất một lần mỗi tháng.</b>
Thùng rác		X	X*			
Thảm nhỏ & thảm lớn			X*			Hút bụi hàng ngày khi không có mặt trẻ em. Làm sạch khi cần thiết bằng cách sử dụng máy giặt thảm, hoặc máy hơi nước. <b>Đối với phòng trẻ sơ sinh, làm sạch ít nhất một lần mỗi tháng.</b>
Sàn nhà (gạch, linoleum, v.v...)	X*		X			Quét hoặc hút bụi, sau đó <b>khử trùng</b> .
Sàn, thảm nhỏ, thảm lớn, hoặc bề mặt có dịch cơ thể hoặc chất nôn mửa		X	X*			Nên đưa trẻ ra khỏi khu vực bị ô nhiễm <b>trước</b> khi làm sạch và <b>tẩy trùng</b> với nhiệt độ cao hoặc sản phẩm được đăng ký với EPA. Không cho trẻ trở lại khu vực trải thảm cho đến khi khô.
<b>Khu Vực Ngủ</b>						
Cũi, nôi, nệm & thảm	X		X*			Làm sạch và <b>khử trùng</b> trước khi mỗi đứa trẻ khác nhau sử dụng.
Đồ giặt – Bộ ra giường: khăn trải giường, mền, túi ngủ, v.v...	X			X*		Nên được giặt tại cơ sở hoặc bởi một dịch vụ thương mại (ví dụ: không giặt trong nhà riêng). Khử trùng bằng thuốc tẩy theo hướng dẫn trang thiết bị của nhà sản xuất hoặc giặt với nhiệt độ trên 140°F.

Nhiệm vụ	Khử Trùng	Tẩy Trùng	Hàng Ngày	Hàng Tuần	Trước & Sau Mỗi Lần Sử Dụng	Ghi Chú:
<b>Khu Vực Nhà Vệ Sinh và Thay Tã</b>						
Bồn rửa tay, quây rửa tay, nhà vệ sinh, tay nắm của nhà vệ sinh & sàn		X	X*			Rửa sạch ngay lập tức nếu thấy bẩn.
Bàn thay tã		X			X	Sau mỗi lần sử dụng.
Bô đi vệ sinh		X			X	Sau mỗi lần sử dụng.
Thùng rác đựng tã bẩn		X	X			Đổ trong ngày.
Sàn phòng tắm		X	X*			Không dùng <b>thuốc tẩy trùng</b> trên sàn nhà khi có mặt trẻ.
<b>Khu Vực Ăn Uống</b>						
Tủ lạnh/tủ đông	X			X		
Dụng cụ ăn uống, bình, & bát đĩa	X				X	Sau mỗi lần sử dụng.
Quầy bếp	X				X*	
Bề mặt chuẩn bị thức ăn	X				X	
Bồn rửa chuẩn bị thức ăn	X		X			
Thiết bị nhà bếp: máy xay, đồ khui lon, nồi & chảo, thớt	X				X*	Sau mỗi lần sử dụng.
Bàn và khay đựng đồ ăn cho ghế cao	X				X	
Ghế cao	X		X			
Sàn nhà bếp	X		X			Quét, rửa sạch, giội rửa và <b>khử trùng</b> .
<b>Các Dụng Cụ Làm Sạch Khác</b>						
Cây lau nhà		X	X			Làm sạch, rửa và <b>khử trùng</b> trong bồn tiện ích. Để khô ngoài không khí trong một khu vực có thông gió ra bên ngoài & trẻ em không thể tiếp cận.
Đồ giặt – Khăn ăn	X				X	Khử trùng bằng thuốc tẩy theo hướng dẫn về trang thiết bị của nhà sản xuất hoặc giặt với nhiệt độ trên 140°F.
Chai xịt xà phòng, nước rửa & dung dịch thuốc tẩy		X	X			Xem quy trình pha dung dịch thuốc tẩy ở trên để biết nơi làm sạch chai.

### Phương Pháp 3 Bước là 1. RỬA SẠCH, 2. GIỘI RỬA, và 3. **KHỬ TRÙNG** hoặc **TẨY TRÙNG**

- Dung dịch **khử trùng** được sử dụng để làm giảm vi trùng trên bề mặt nhưng không hoàn toàn loại bỏ chúng. Các chất **khử trùng** làm giảm vi trùng trên bề mặt đến mức được coi là an toàn. Phương pháp **khử trùng** 3 bước thường được sử dụng cho các bề mặt thực phẩm, nhà bếp và lớp học.
- Dung dịch **tẩy trùng** được sử dụng để tiêu diệt hoặc bất hoạt vi trùng và ngăn chúng phát triển. Các chất **tẩy trùng** được quy định bởi Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường Hoa Kỳ (EPA). Phương pháp **tẩy trùng** 3 bước thường được sử dụng cho dịch cơ thể và khu vực phòng tắm/thay tã.

**\*Có những lúc cần phải làm sạch, giội rửa và khử trùng/tẩy trùng thường xuyên hơn.**

**\*\***Hướng dẫn này được hiệu chỉnh từ [Lịch Làm Sạch](#), Sở Y Tế Quận King, 2019.