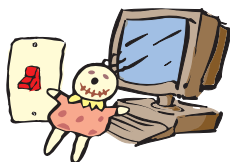


# Le nettoyage et la désinfection des maisons



Le nettoyage de routine de votre maison élimine le sable, la poussière, les taches graisseuses et les autres saletés de surface; mais un nettoyage au savon ou au détergent, sans autre agent, ne peut pas détruire les bactéries ou les virus nocifs, notamment le H1N1. Il faut un désinfectant pour supprimer les bactéries et les virus.

Pour que votre maison soit saine et, autant que possible, exempte de bactéries et de virus à l'origine de maladies, il faut la nettoyer ET la désinfecter. L'apparition de la grippe pandémique H1N1 et de la grippe saisonnière nous signale qu'il est très important de veiller à ce que nos maisons soient propres, mais les conseils qui suivent vous serviront aussi bien toute l'année durant.

## Quel produit devrait-on utiliser?

La façon la plus facile et la plus rapide de procéder est d'utiliser un produit qui nettoie et désinfecte, par exemple, des produits courants comme Lyso<sup>MC</sup>, Virox<sup>MC</sup> et Fantastik<sup>MC</sup>. Le produit retenu doit contenir une concentration suffisante d'hypochlorite de sodium, d'ammonium quaternaire ou de peroxyde d'hydrogène pour détruire 99,99 % des bactéries et des virus nocifs pour l'être humain. Vérifiez l'étiquette du nettoyant ou du désinfectant que vous comptez utiliser afin de vous assurer qu'il contient l'un de ces ingrédients et qu'il peut détruire 99,99 % des germes.

Au lieu d'utiliser un produit qui nettoie et désinfecte en même temps, vous pourriez aussi nettoyer les surfaces avec du savon ou du détergent (comme les produits M. Net<sup>MC</sup>, Nettoyant pour cuisine Vert<sup>MC</sup> ou CLR<sup>MC</sup>), et appliquer ensuite un produit désinfectant sur les surfaces où les bactéries et les virus se déposent le plus fréquemment.

## Quelles surfaces devrait-on désinfecter?

La plupart des gens nettoient régulièrement leur maison. Pour prévenir la propagation de la grippe H1N1, conservez vos habitudes de nettoyage et ajoutez-y une étape de désinfection, si vous n'utilisez pas déjà un produit qui nettoie et désinfecte en même temps.

Vous devriez porter une attention particulière aux endroits où l'on trouve le plus souvent des bactéries et des virus, et où ils se propagent d'une personne à l'autre.

Les éviers, les toilettes, les douches, les bains et la machine à laver devraient être nettoyés et désinfectés régulièrement.

On devrait aussi désinfecter souvent les comptoirs de cuisine ou de salle de bains, les surfaces et les objets avec lesquels un grand nombre de personnes sont en contact au cours de la journée, notamment :

- mains courantes,
- tables de chevet,
- jouets,
- poignées de porte,
- téléphones,
- interrupteurs,
- distributeurs de savon,
- manettes de chasse d'eau,
- ordinateurs ou matériel électronique (ex. chaîne audio, télécommandes) utilisés par plusieurs personnes,
- tables de cuisine, de salon et d'extrémité,
- tout autre matériel ou accessoire avec lequel les mains entrent en contact.

Si une personne à la maison est malade ou si vous vous livrez à des tâches qui entraînent un surplus de nettoyage (ex. la préparation et la cuisson d'une dinde), vous voudrez sans doute désinfecter plus souvent.

Vous devriez aussi nettoyer et désinfecter votre maison plus souvent si vous avez des enfants en bas âge, si vous exercez un emploi dans lequel vous êtes en contact avec beaucoup de personnes qui pourraient être malades (ex. un cabinet de médecin) ou si vous travaillez régulièrement auprès du public.

***Dans le doute, désinfectez!***

### **Comment doit-on nettoyer?**

- Utilisez un balai ou un aspirateur pour enlever la poussière et la saleté sur les planchers et dans les escaliers.
- Au besoin, nettoyez les planchers et les escaliers avec une vadrouille humide; désinfectez les planchers régulièrement.
- Rincez la vadrouille à l'eau propre et faites-la sécher après utilisation; nettoyez la vadrouille régulièrement.
- Désinfectez souvent les appareils et le matériel couramment utilisés ou lorsqu'ils sont visiblement sales.
- Nettoyez et désinfectez régulièrement les autres appareils et meubles, ou tout autre équipement.
- Désinfectez les corbeilles à papier et les poubelles au besoin.

Pour préparer une solution de désinfectant, mélangez simplement une partie d'eau de Javel à 100 parties d'eau (ex. 10 ml d'eau de Javel dans un litre d'eau). Il est préférable d'utiliser un chiffon ou une éponge que vous tremperez dans une solution de désinfectant et que vous passerez sur la surface à désinfecter. Vaporiser directement un produit sur des appareils ou des meubles coûteux (comme les ordinateurs) risque de les endommager.

Certains produits de nettoyage peuvent endommager les surfaces – dans le doute, demandez conseil à un fournisseur de produits d'entretien. Portez toujours des gants de caoutchouc lorsque vous utilisez des produits désinfectants.

### **Autres précautions à prendre si une personne dans la maison a la grippe**

- Garnissez d'un sac de plastique la poubelle que la personne malade utilise, ce qui vous évitera d'entrer en contact avec son contenu. Idéalement, vous devriez utiliser une poubelle dont le couvercle s'ouvre à l'aide d'une pédale; de cette façon, vous n'aurez pas à toucher à la poubelle lorsque vous y jetterez des ordures ou en retirerez le sac.
- Nettoyez et désinfectez, au moins une fois par jour, les poignées de porte, les interrupteurs et les autres surfaces rigides avec lesquelles les mains du malade entrent souvent en contact; de cette façon, vous préviendrez la transmission de la maladie aux autres personnes de la maison.