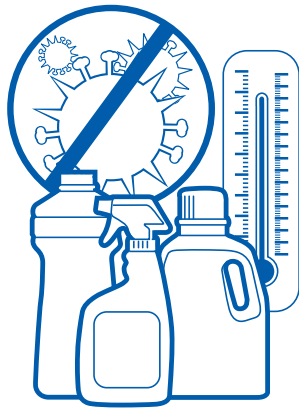


## پیشگیری از آنفلونزا با پاک سازی

ویروس آنفلونزا تا چه مدت می تواند در اجسامی از قبیل دستگیره درب ها یا میزها زندگی کند؟

ویروس آنفلونزا می تواند تا ۴۸ ساعت بر روی بعضی سطوح "زندگی" کند. پاک سازی روزانه سطوح می تواند از شیوع آنفلونزا جلوگیری کند.

## چه چیزی ویروس آنفلونزا را از بین می برد؟

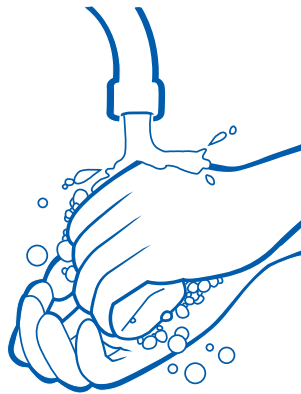


گرمای بالای ۱۶۷° فارنهایت [۷۵°] می تواند ویروس های آنفلونزا را از بین ببرد. محصولات پاک کننده خانگی که حاوی مواد زیر هستند نیز می توانند ویروس آنفلونزا را از بین ببرند:

- کلر
- پروکسید هیدروژن
- پاک کننده های بهداشتی (صابون)
- بودوفاها (ضد عفونی کننده های ید دار)
- الکل

## مراقبت کننده از بیمار مبتلا به آنفلونزا باید دستمال کاغذی بیمار یا مواردی از این قبیل را چگونه دفع کند؟

بعد از تماس با شخص بیمار حتماً دست های خود را بشویید. پس از دفع دستمال ها یا حمل لباس های بیمار برای شستشو، نیز دست های خود را بشویید.



برای اطلاعات بیشتر با بخش اطلاعات CDC به آدرس 1-800-CD C-INFO تماس بگیرید (۴۶۳۶-۲۳۲) یا از وب سایت [www.cdc.gov/flu](http://www.cdc.gov/flu) دیدن کنید.