

توصیه‌های کرونایی؛ خرید چند روز را یکجا انجام دهید

تهران (پانا) - شیوع ویروس کرونا در کشور روندی صعودی دارد و همچنان پیشگیری از ابتلا به کرونا مهم‌ترین اصل برای مقابله با این ویروس به شمار می‌رود.

بر اساس اعلام وزارت بهداشت از ابتدای شیوع ویروس کرونا تاکنون (ظهر روز یکشنبه چهارم آبان ماه) تعداد ۵۶۸ هزار و ۸۹۶ نفر به این بیماری مبتلا شده‌اند که از این تعداد ۳۲ هزار و ۶۱۶ نفر جان خود را از دست داده‌اند. رعایت نکات بهداشتی هنگام خرید و آلودگی‌زدایی از محصولاتی خریداری‌شده می‌تواند نقش مهمی را در پیشگیری از انتقال و انتشار ویروس کرونا داشته باشد و برای محافظت از خود در برابر ویروس کرونا هنگام خرید باید یک سری نکات بهداشتی را رعایت کنید.

ضروری‌ترین و اساسی‌ترین نکاتی که باید هنگام خرید به آن عمل کنید تا بتوانید از خود در برابر کرونا مراقبت بیشتری داشته باشید، اشاره شده است:

- دفعات بیرون رفتن از خانه یا سفارش دادن به حداقل برسد
- خرید چند روز را یکجا انجام دهید
- به اندازه‌صرفی که دارید برای چند روز خرید کنید
- هنگام ایستادن در صف، فاصله‌گیری یک تا سه متری را با دیگران حفظ کنید
- کودکان را با خودتان به مراکز خرید نبرید
- از خریدن مواد غذایی باز برای کودکان خودداری کنید
- از کیسه‌های پارچه‌ای استفاده کنید تا بتوانید بعد از هر بار خرید آن را بشویید و مجدد استفاده کنید
- برای پرداخت هزینه‌های خرید، از پول نقد استفاده نکنید
- حتما کارت بانکی به همراه خود داشته باشید
- برای وارد کردن رمز نیز از دستمال یا دستکش استفاده کنید
- کارت را در محفظه‌های مخصوص قرار دهید
- بعد از بازگشت به منزل کارت بانکی خود را با الکل یا آب و صابون ضدعفونی کنید

- هنگام خرید از دستکش استفاده کنید

- در طول خرید از دست زدن به صورت، چشم، دهان، بینی و موهای خود بپرهیزید

- پس از خرید دستکش خود را در سطل زباله بیندازید

- پس از بازگشت به خانه، خریدها را به طور مستقیم وارد خانه نکنید

- اجناس خریداری شده را بیرون از منزل بگذارید و بعد از خارج کردن از کیسه‌ها و پلاستیکی آن‌ها راه داخل سینی با تشت بزرگ وارد منزل کنید

- کیسه‌ها و پلاستیکی را نیز در زباله‌ها خشک بیندازید

- پس از اتمام کار دست‌ها را ۲۰ ثانیه با آب و صابون به روش صحیح بشویید

برای کاهش خطر در فروشگاه‌ها و دست‌ها را قبل و بعد از خرید به مدت ۲۰ ثانیه با آب و صابون شسته یا با ژل‌های الکلی‌دار ضدعفونی کنید، همیشه فرض کنید تمام سطوحی که لمس می‌کنید آلوده هستند، یعنی پس از دست زدن به چرخ یا سبد خرید، اجناس و بسته‌ها، دستانتان را به صورتتان نزنید.