

XEM CÁCH VI KHUẨN LAN NHANH TỪ BỒN CẦU ĐẾN MIỆNG NGƯỜI

Bạn có thể nhìn thấy bàn làm việc của mình trông tương đối sạch sẽ. Tuy nhiên, một đoạn video mới công bố hé lộ, chiếc bàn làm việc đó có thể tràn ngập những vi khuẩn vô hình trước mắt thường, có nguồn gốc từ nhà vệ sinh và dễ dàng lây lan tới tay cũng như miệng của bạn với tốc độ

Bạn có thể nhìn thấy bàn làm việc của mình trông tương đối sạch sẽ. Tuy nhiên, một đoạn video mới công bố hé lộ, chiếc bàn làm việc đó có thể tràn ngập những vi khuẩn vô hình trước mắt thường, có nguồn gốc từ nhà vệ sinh và dễ dàng lây lan tới tay cũng như miệng của bạn với tốc độ nhanh đến kinh ngạc.

>>> Rửa tay "đúng chuẩn" với các nguyên tắc không thể bỏ qua

Trước thực tế là 1/4 số nhân viên văn phòng đã không rửa tay đủ và đúng cách sau khi đi vệ sinh, mọi thứ ở chốn công sở, từ cánh cửa tới bàn phím và chuột máy tính có thể bị hàng triệu vi khuẩn bao phủ.

Để tránh bị ốm, các chuyên gia đã đưa ra khuyến nghị về những cách tốt nhất nhằm giúp chúng ta tiếp nhận càng ít vi khuẩn càng tốt.

Giáo sư, tiến sĩ Lisa Ackerley đến từ Hiệp hội sức khỏe cộng đồng Hoàng gia Anh, đã lên tiếng cảnh báo về "hiệu ứng hắt hơi" khi giặt nước bồn cầu. Theo chuyên gia này, không đậy nắp bồn cầu trước khi giặt nước đồng nghĩa, vi khuẩn từ bồn cầu sẽ bị bắn tung tóe và phát tán khắp buồng vệ sinh. Do đó, những vi khuẩn này có thể đáp xuống bề ngồi bồn cầu, giấy vệ sinh và bao phủ các bề mặt ở cách xa tới 20 bước chân, kể cả đôi tay của người.

Bà Ackerley cho biết, để chống lại "hiệu ứng hắt xì hơi", chúng ta cần sử dụng nước tẩy bồn cầu kháng khuẩn.

Thông thường, sau mỗi lần đi vệ sinh, chúng ta có khoảng 200 triệu vi khuẩn trên mỗi 6,5cm² diện tích da của bàn tay. Và đôi bàn tay mang vi trùng có thể lan truyền những vi sinh vật này tới 5 bề mặt nữa hoặc 14 vật thể khác.

Trong thực tế, các nhà nghiên cứu Mỹ phát hiện, khi cho nhiễm khuẩn chỉ một nắm đấm cửa hoặc mặt bàn bằng một loại virus đánh dấu vô hại, nó đã lan khắp một tòa nhà văn phòng, khách sạn hoặc cơ sở chăm sóc y tế rất nhanh, chỉ trong vòng 2 - 4 giờ đồng hồ.

Tiến sĩ Ackerley giải thích: "Chúng ta đã biết từ kết quả các nghiên cứu rằng, các vi sinh vật có thể tồn tại với số lượng đông đảo, lên tới 3.000 cá thể mỗi 6,5cm² trên bàn phím máy tính và hơn 1.600 cá thể trên một con chuột máy tính. Trong thời gian một ngày, bạn có thể "dính" phải các vi khuẩn này và sau đó, bạn đột nhiên muốn ăn trưa tại bàn làm việc mà không rửa tay trước tiên, nên về cơ bản, bạn đã vận chuyển chúng vào miệng của mình".

16% mọi người được phát hiện đang mang norovirus - loại vi trùng gây nôn mửa và tiêu chảy, nhưng không bộc lộ triệu chứng. Vì vậy, dù họ có cảm thấy hoàn toàn khỏe mạnh, họ vẫn đang mang mầm bệnh đó đi đây đó và phát tán chúng khắp chốn công sở.

Bà Ackerley đề xuất việc sử dụng dung dịch rửa tay (sản phẩm khử trùng tay không cần dùng kèm nước) sau khi rời nhà vệ sinh và trong ngày. "Điều này đồng nghĩa, nếu ai đó quên rửa tay, họ sẽ không nhiễm vi trùng và sau đó phát tán nó khắp nơi làm việc", bà Ackerley nhấn mạnh.

Tuy nhiên, theo bà Ackerley, cách hữu hiệu nhất để ngăn nhiễm trùng ở công sở vẫn là rửa tay bằng xà phòng với nước. Chúng ta có thể giảm tới gần một nửa số bệnh nhiễm trùng chỉ đơn giản nhờ rửa tay nghiêm chỉnh. Chỉ 20 giây rửa tay đúng cách có thể ngăn sự lây lan của vi khuẩn từ bồn cầu.

Tiến sĩ Ackerley lưu ý thêm rằng, việc đảm bảo đôi bàn tay khô ráo sau khi rửa cũng rất quan trọng. Điều này là vì, các vi trùng được phát hiện dễ lan truyền sang các bề mặt khác hơn nếu chúng ẩm ướt.