

## **Как правильно проводить дезинфекцию гаджетов**

В эпоху цифровых технологий наши смартфоны, планшеты, смарт-часы и другие гаджеты стали постоянными спутниками - мы берём их с собой повсюду: на работу, в общественный транспорт, кафе, магазины. Однако мало кто задумывается, что эти устройства могут быть рассадником болезнетворных микроорганизмов - и речь идёт не только о респираторных, но и о кишечных инфекциях.

### **Почему гаджеты требуют дезинфекции?**

Исследования показывают, что на поверхности смартфонов может находиться в 10-20 раз больше бактерий, чем на сиденье унитаза.

### **Почему так происходит? Основные причины:**

- мобильный телефон или планшет часто передаётся из рук в руки, а владелец телефона далеко не всегда берёт его только чистыми руками;
- мобильный телефон при разговоре подносится очень близко к лицу;
- многие владельцы гаджетов просто никогда их не чистят, потому что боятся испортить или повредить;
- многие берут мобильные телефоны или планшеты с собой в туалет - место очень «богатое» различными возбудителями.

Одним словом, именно на поверхности телефона создаются самые благоприятные условия для обсеменения микробами и их выживания.

**Дезинфекция цифровых устройств** - важная мера профилактики не только респираторных, но и кишечных инфекций.

Чистка любой электроники дело не сложное, но требующее внимания.

Основное что нужно знать, так это то, что нельзя ни в коем случае использовать никаких агрессивных жидкостей (растворителей) и иных схожих с ними средств.

### **Как правильно:**

1. Обязательно прочитайте инструкцию к смарт-часам или фитнес-браслету. Возможно, там имеются рекомендации производителя по их обработке (какие средства можно использовать, а какие - нет).

2. Выключите гаджет. Очистка дисплея во многом похожа на очистку экрана телефона. Дисплей протрите влажной тряпочкой, смоченной в мыльном растворе.

3. Резиновый ремешок часов или браслета можно промыть в воде, используя мягкую зубную щетку для удаления пятен. Не применяйте мыло, если производитель не указывает, что его можно использовать.

4. Кожаный или металлический ремешок аккуратно протрите мягкой влажной тряпочкой, чтобы не осталось царапин и трещин. Некоторые производители не рекомендуют использовать средства для чистки кожи. Читайте инструкцию.

5. Если вы тренируетесь в жару (или находясь в воде), после тренировки нужно промыть ремешок и полностью высушить его. Ношение потных или мокрых часов может привести к раздражению.

**Чистота гаджетов залог Вашего здоровья!**