[https://wyborcza.pl/7,156282,25793246,jak-i-jak-czesto-czyscic-smartfon.html](https://wyborcza.pl/7%2C156282%2C25793246%2Cjak-i-jak-czesto-czyscic-smartfon.html)

**Jak (i jak często) czyścić smartfon?**

"Myj ręce co najmniej 15-30 sekund" - apeluje GIS. Tymczasem tymi czystymi rękoma dotykamy później swojego smartfona, siedliska bakterii. Jak prawidłowo go czyścić?

Higiena rąk to najważniejsza interwencja medyczna, którą można zrobić samemu, by chronić się przed koronawirusem. Główny inspektor sanitarny i służby medyczne nieustannie przypominają o częstym i długim myciu dłoni oraz niedotykaniu nimi twarzy. Co z urządzeniami, których często dotykamy zarówno dłońmi, jak i twarzą?

**Smartfony mogą być wylęgarnią bakterii, a drogą kropelkową przenosimy na nie również wirusy.** Eksperyment przeprowadzony w 2017 r. przez naukowców z Uniwersytetu w Tartu w Estonii dowiódł, że na ekranach smartfonów nastolatków znajduje się wiele bakterii, wirusów i patogenów. Naukowcy pisali wówczas: "Można postawić hipotezę, że może to odgrywać rolę w rozprzestrzenianiu się czynników zakaźnych w społeczności”.

**Jak więc czyścić smartfon, żeby urządzenie było czyste i wciąż działało?**

1. Do mycia użyj preparatu z 70-proc. alkoholem izopropylowym (izopropanolem). W sklepach jest sporo produktów specjalnie do czyszczenia ekranów (np. płyn do czyszczenia ekranów LCD). Można też wykorzystać roztwór wody i mydła.

2. Zdejmij etui telefonu. Nie wylewaj płynu bezpośrednio na sprzęt ani nie zanurzaj w płynie telefonu. Posłuż się miękką ściereczką.

3. Dbaj o to, żeby wilgoć nie dostała się do wnętrza smartfona - uważaj na gniazdo słuchawkowe i gniazdo do ładowania. Po umyciu telefonu zostaw go, żeby wyschnął.

4. Starannie umyj także etui. Wysusz je dokładnie przed założeniem na telefon.

5. Po umyciu sprzętu umyj ręce.

- Telefon powinniśmy przecierać szmatką z mikrofibrą albo specjalnymi środkami. Telefony komórkowe już najczęściej nie mają klawiszy, lecz płaskie ekrany, dlatego są dużo łatwiejsze do oczyszczania. Ale pamiętajmy o tym, że gdy mamy je w etui, warto je od czasu do czasu wyjąć i całe przetrzeć, żeby tam się bakterie nie namnażały – mówił Marek Posobkiewicz, główny inspektor sanitarny MSWiA na początku marca w "Faktach" TVN 24.

Jak często należy czyścić elektronikę? Eksperci mówią, że najlepszym wyjściem jest czyszczenie smartfona dwa razy dziennie.

W czasie epidemii koronawirusa dobrym pomysłem będzie też niedawanie swojego urządzenia do ręki innym osobom. Zdjęcia lub filmy, którymi chcemy się podzielić, lepiej przesłać na inne urządzenia albo wyświetlić na dużym ekranie (np. na komputerze lub telewizorze).

WHO zaleca też, żeby dokładne umyć ręce po otrzymaniu reszty w sklepie. Banknoty także mogą być zanieczyszczone wirusem (np. przez kichnięcie czy kaszlnięcie). Jest to jednak zagrożenie bardziej teoretyczne niż realne. Nowe koronawirusy są w stanie przeżyć na powierzchniach dość krótko - kilka, kilkanaście godzin. - Na wszelki wypadek jednak radzimy, by po kontakcie z banknotami unikać dotykania twarzy i myć ręce - mówi rzecznik WHO.