

# موبایل‌ها را چند وقت یکبار تمیز کنیم؟

تحقیقات مختلف ثابت کرده که تلفن‌های همراه به اندازه دستگیره در توالت‌های عمومی و حتی بیشتر آلودگی دارند و می‌توانند بیماری‌های گوناگونی مثل اسهال، عفونت‌های چشمی، مشکلات گوارشی و ... ایجاد کنند.

گفته می‌شود که تلفن‌های همراه حتی با پوشش می‌توانند بیش از ۶ برابر صندلی توالت فرنگی توالت‌های عمومی، میکروب‌ها را به خود جذب کنند. دلیلش هم این است که خیلی از افراد از موبایل خود در توالت هم استفاده می‌کنند.

افراد معمولاً موبایل خود را همه جا می‌برند و به ندرت آن را تمیز می‌کنند. میله‌های اتوبوس و مترو را تصور کنید که پر از آلودگی‌های مختلف هستند و وقتی دست‌تان را به آنها می‌زنید و بعد با موبایل خود کار می‌کنید، می‌توانید خود را در معرض انواع آلودگی‌ها و بیماری‌ها قرار دهید.

موبایل‌ها می‌توانند با انواع مختلف میکروب‌ها، باکتری‌ها و ویروس‌ها آلوده شوند که برای سلامت افراد بسیار مضر است. هرچند به چشم نمی‌آید. بنابراین بهتر است هر روز بعد از بازگشت به خانه، گوشی موبایل خود را حتماً با دستمال مرطوب ضدعفونی‌کننده یا محلول‌های الکلی تمیز کنید. به خصوص زمان‌هایی که بیشتر در محیط‌های عمومی مثل مترو، اتوبوس و ... هستید.

## وجود انواع میکروب و ویروس روی موبایل

گوشی‌های موبایل می‌توانند میزبان انواع مختلفی از میکروب‌ها، ویروس‌ها و آلودگی‌ها باشند. بعضی از باکتری‌ها مثل استافیلوکوکوس اورئوس می‌توانند باعث عفونت‌های پوستی، عفونت‌های تنفسی و حتی مسمومیت‌های غذایی شوند. سال ۲۰۰۹ یک میکروبیولوژیست ترکیه‌ای متوجه شد که تلفن همراه نیمی از کارکنان یک مرکز درمانی به این باکتری آلوده است.

برخی باکتری‌ها مانند اِشریشیا کلی می‌تواند باعث عفونت‌های گوارشی، اسهال و عفونت‌های مجاری ادراری شود. همچنین یک نوع باکتری روی

موبایل‌ها زندگی می‌کند که می‌تواند باعث عفونت‌های گلو، عفونت‌های پوستی و سایر عفونت‌ها شود. موضوعی که چون به چشم ما نمی‌آید، برای آن اهمیتی هم قائل نمی‌شویم. به همین دلیل است که خیلی‌ها نه تنها روزانه گوشی همراه خود را ضدعفونی نمی‌کنند، بلکه به عنوان سرگرمی، آن را در اختیار کودکان زیر ۲ سال هم قرار می‌دهند.

علاوه بر باکتری‌ها، انواع ویروس و قارچ‌های مختلف نیز روی موبایل‌ها وجود دارند و همان‌جا جا خوش کرده‌اند. شاید کمتر کسی بداند که ویروس‌های سرماخوردگی و آنفلوآنزا می‌توانند روی سطح گوشی موبایل زنده بمانند و به راحتی به فرد منتقل شوند و او رات سخت بیمار کنند. برخی ویروس‌های معده‌ای و روده‌ای نیز که روی موبایل‌ها وجود دارند، می‌توانند باعث عفونت‌های گوارشی شدید شوند.



## چه کار کنیم؟

علاوه بر این که روزانه موبایل خود را تمیز و ضدعفونی می‌کنید، باید دست‌های خود را هم به طور مرتب بشویید. به خصوص قبل از غذا خوردن و بعد از لمس سطوح عمومی.

برای تمیز کردن گوشی همراه هم می‌توانید از محصولات مخصوص تمیز کردن الکترونیک استفاده کنید که صفحه نمایش و بدنه موبایل آسیب نبیند. با رعایت یک سری نکات بسیار ساده و دم دستی می‌توانید آلودگی‌های احتمالی روی موبایل‌های خود را کاهش دهید و از سلامت خود مراقبت کنید.