

# Higiena osobista w pandemii.

„Odwróć głowę, gdy plujesz, aby ślina nie padła na kogoś”

Erazm z Rotterdamu, 1530r.

„Odwróć głowę, gdy plujesz, aby ślina nie padła na kogoś”<sup>1</sup>, mówił Erazm z Rotterdamu już w 1530 roku. Jednak dopiero pod koniec XIX wieku doczekaliśmy się zakazu plucia. Sprawiała to epidemia gruźlicy. W XIX wieku gruźlica zabijała jedną na siedem osób w Europie i Stanach Zjednoczonych. W 1882 roku niemiecki mikrobiolog Robert Koch odkrył niebezpieczną bakterię *Mycobacterium tuberculosis* wywołującą gruźlicę. Stwierdził też, że gruźlica roznosi się drogą kropelkową, a to rozpoczęło rewolucję dotyczącą higieny w miejscach publicznych.

Nowy Jork wprowadził zakaz plucia w 1896 roku, a w 1910 zakazało tego już 150 amerykańskich miast<sup>2</sup>. W Wielkiej Brytanii wprowadzono karę za plucie w miejscach publicznych. W londyńskich autobusach tabliczki z napisem „Zakaz plucia” zachowały się aż do lat sześćdziesiątych. W wielu krajach, aby radzić sobie z tym zwyczajem, ustawiano spluwaczki w urzędach, na dworcach, w szpitalach. W Polsce spluwaczki stały w urzędach jeszcze w latach sześćdziesiątych<sup>3</sup>.

Czy pamiętacie scenę z pamiętnego filmu *Rzymskie wakacje*, w której Gregory Peck podaje Audrey Hepburn białą chusteczkę do nosa? W złotej epoce Hollywood aktorzy popularyzowali w filmach użycie chustek do nosa, często podając je kobietom w potrzebie. Kryzys zdrowotny poprawił maniery człowieka, a większa higiena osobista przyczyniła się do zmniejszenia liczby chorych. Czy pandemia COVID-19 również wywoła rewolucję w naszym podejściu do higieny?

Kiedy wybuchła pandemia, pierwsze zalecenia przekazane przez WHO dotyczyły mycia rąk, noszenia maseczek i higieny osobistej. W biurach, w publicznych toaletach, w miejscach pracy pojawiły się szczegółowe instrukcje, jak należy myć ręce. Okazało się, że stare metody pospiesznego oplukiwania rąk nie wystarczą w walce z wirusem. Nawet kilkuletnie dzieci uczono, jak właściwie myć ręce, czyli przez co najmniej 20 sekund, namydlając każdą stronę dłoni oraz powierzchnię między palcami i nie zapominając o nadgarstkach. Mój znajomy lekarz mówi, że po pandemii wszyscy będą myć ręce jak chirurg przed operacją.

Brent Capron, projektant biur i przestrzeni publicznej, jest zwolennikiem nowego rytuału mycia rąk przed wejściem do biura, szpitala czy instytucji publicznych. Uważa, że nowa architektura wewnątrz uwzględniać będzie wolno stojące, łatwo dostępne zlewy do mycia rąk<sup>4</sup>.

W szkołach w czasie pandemii nauczyciele tłumaczyli dzieciom, czym się różni wirus od

---

<sup>1</sup> N. Davies (1998), Europa. Rozprawa historyka z historią, przeł. E. Tabakowska, Kraków, s. 253.

<sup>2</sup> P. Jacobs (1911), A tuberculosis directory containing a list of institutions, associations and other agencies dealing with tuberculosis in the United States and Canada, New York.

<sup>3</sup> S. Duda (2020), Historia przedmiotu. Sztuka spluwania, [https://wyborcza.pl/alehistoria/1,121681,17805273,Historia\\_przedmiotu\\_\\_Sztuka\\_spluwania.html](https://wyborcza.pl/alehistoria/1,121681,17805273,Historia_przedmiotu__Sztuka_spluwania.html) (5 V 2020).

<sup>4</sup> J. Mudditt (2020), How offices will change after coronavirus, <https://www.bbc.com/worklife/article/20200514-how-the-post-pandemic-office-will-change> (15 V 2020).

bakterii, na czym polega roznoszenie choroby drogą kropelkową, dlaczego należy nosić maseczkę. Pokolenie covidowców z pewnością będzie pokoleniem najbardziej higienicznym i świadomym biologicznych zagrożeń w historii. Nawyki wpajane w dzieciństwie mogą utrzymać się dłużej, tak jak regularne mycie zębów, które chroni przed próchnicą. I z tego się cieszę.

Kiedy jesienią szaleje grypa, rodzice często przyprowadzają do przedszkola i szkoły dzieci z katarem i kaszlem, bagatelizując objawy choroby. A potem niepotrzebnie chorują inne dzieci i ich rodziny. Być może wiedza o sposobie rozprzestrzeniania się chorób, która jest obecnie propagowana w mediach, znacząco zmieni świadomość ludzi. Dzisiaj w Indiach, Singapurze, Hongkongu nadal obowiązuje zakaz płucia na ulicy, a grożą za nie surowe kary, nawet więzienie. Mam nadzieję, że obecne kampanie informacyjne o zasadach higieny będą równie skuteczne w utrwalaniu nowych zwyczajów.

W czasie pandemii sprzedaż płynu do dezynfekcji rąk w Stanach Zjednoczonych wzrosła o 470 procent<sup>5</sup>. Połowa Amerykanów w marcu zadeklarowała zwiększenie wydatków na higienę osobistą<sup>6</sup>. Przewiduje się, że wzrost sprzedaży artykułów do higieny osobistej utrzyma się nawet po zakończeniu pandemii, co wskazuje na utrwalenie się nowego trendu w naszym zachowaniu. Trudno sobie wyobrazić, że dożyjemy czasów, kiedy każdego dnia na nasze ręce będziemy lać więcej alkoholu niż do naszych ust.

#### Zasady cytowania:

Kotłowska A. (2020) *10 Prawd o Pandemii. Jak pandemia Covid-19 zmienia świat*. Wydawnictwo JAK

<sup>5</sup> T. Parker (2020), Hand sanitiser, Covid-19 and the future market. Will the product become part of everyday life?, <https://www.nsmmedicaldevices.com/analysis/hand-sanitiser-future-market/> (20 V 2020).

<sup>6</sup> M. Shahbandeh (2020), Opinion on the effect of COVID-19 on personal hygiene purchasing as of March 2020, <https://www.statista.com/statistics/1104881/personal-hygiene-purchasing-coronavirus-us/> (20 III 2020).