

Мийте руки правильно



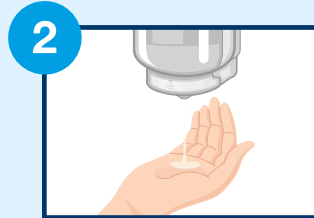
40-60
секунд

Це допоможе вам:

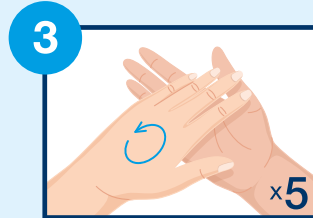
- попередити поширення інфекцій
- підвищити рівень свідомості про правильну гігієну рук
- створити більш здорове оточення навколо себе



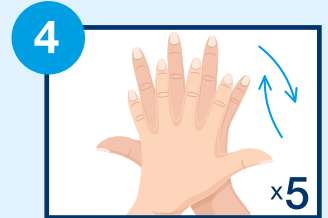
1
Змочіть руки теплою водою



2
Нанесіть мило на поверхню долоні



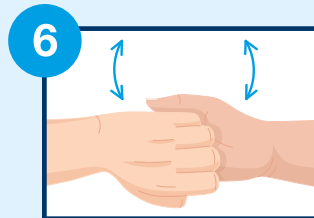
3
Ретельно розітріть мило на долонях x5



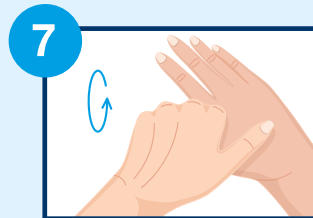
4
Розітріть мило на поверхні обох рук з переплетенням пальців x5



5
Потріть долоні з переплетенням пальців



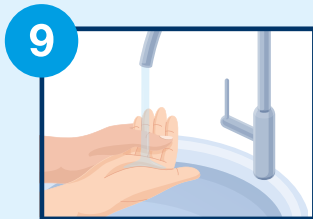
6
Вимийте кінчики пальців, зчепивши руки в замок



7
Ретельно вимийте великий палець кожної руки



8
Круговим рухом розітріть долоню пальцями іншої руки



9
Повністю змийте залишки мила під струменем теплої води



10
Витріть руки одноразовим паперовим рушником



11
Закрийте кран, використовуючи паперовий рушник



12
Тепер ваші руки бездоганні

Коли потрібно мити руки?



Після кашлю, чхання і промивання носа



Після контакту з домашніми тваринами та їх їжею



До і після приготування і прийому їжі



До і після того, як ви доглядали за хворим і / або обробляли рану



Після відвідування туалету



Після виносу сміття