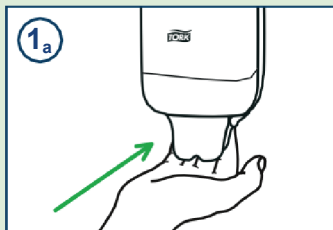


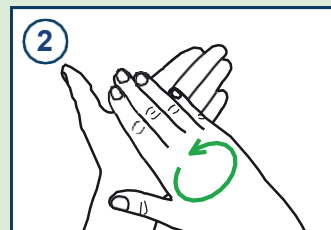
## Desinfiser hendene dine



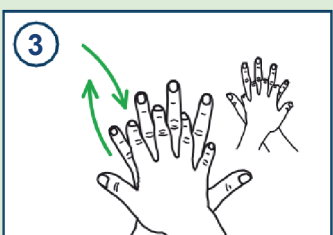
1<sub>a</sub>  
Bruk nok desinfeksjonsmiddel til å dekke alle overflater på begge hender og håndledd



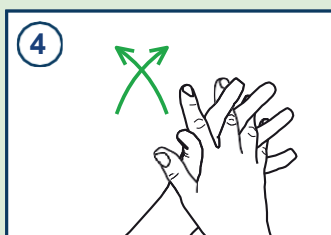
1<sub>b</sub>  
Bruk nok desinfeksjonsmiddel til å dekke alle overflater på begge hender og håndledd



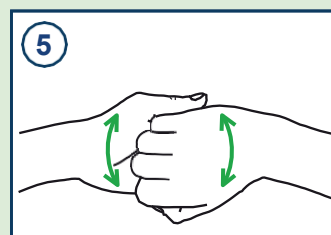
2  
Gni håndflatene sammen



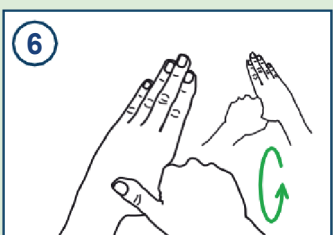
3  
Gni håndflatene mot baksiden av motsatt hånd med fingrene flettet sammen



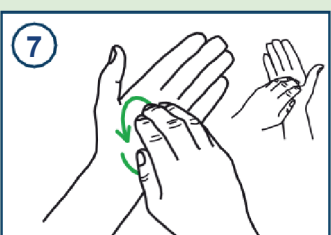
4  
Gni håndflatene mot hverandre med fingrene flettet sammen



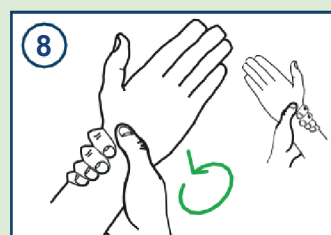
5  
Gni baksiden av fingrene mot motsatt håndflate



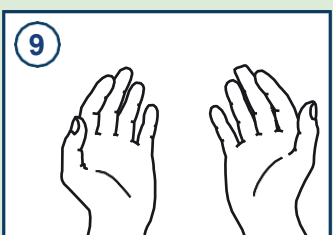
6  
Gni tomlene mot motsatt håndflate



7  
Bruk sirkulære bevegelser og gni fingerspissene mot motsatt håndflate



8  
Husk håndleddene



9  
Når hendene er tørre, er de rene



20–30 sek