

Cum să ne spălăm corect mâinile?

Spălați-vă mâinile dacă acestea sunt vizibil murdare, altfel dezinfecțați-le cu soluție hidroalcoolică.

 Durata întregii proceduri: 40-60 secunde



0 Udați mâinile cu apă;



1 Aplicați suficient săpun pentru a acoperi toată suprafața mâinii;



2 Frecați mâinile palmă peste palmă;



3 Palma dreaptă peste dosul palmei stângi prin intercalarea degetelor și vice versa;



4 Palmă peste palmă cu degetele intercalate;



5 Dosul degetelor pe palma opusă, cu degetele împreunate;



6 Frecări rotative ale policelui stâng prins în palma dreaptă și vice versa;



7 Frecări rotative într-un sens și celălalt cu degetele împreunate ale mâinii drepte, pe palma stângă și vice versa;



8 Clățiți mâinile cu apă;



9 Uscați mâinile bine cu un prosop de unică folosință;



10 Închideți robinetul folosind prosopul;



11 Mâinile tale sunt acum sigure (curate).

Cum să ne dezinfectăm corect mâinile?

O bună igienă a mâinilor implică o dezinfectie corectă a acestora!

Dacă mâinile sunt vizibil murdare, spălați-le cu apă și săpun.

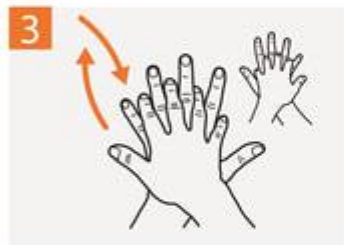
 Durata unei proceduri: 20 - 30 secunde



1a Aplicați produsul dezinfectant în căușul palmei;



2 Frecați palmele între ele;



3 Palma dreaptă peste partea posterioară a mâinii stângi și vice versa;



4 Palmă peste palmă cu degetele întrepătrunse;



5 Partea posterioară a degetelor în căușul palmei opuse cu degetele întrepătrunse;



6 Frecarea rotativă a policelui stâng prins în palma opusă și vice versa;



7 Frecarea rotativă, înainte și înapoi, a vârfurilor degetelor mâinii drepte în palma opusă și vice versa;



8 Odată uscate, mâinile sunt dezinfectate.

