

Cum să ne dezinfectăm corect mâinile?

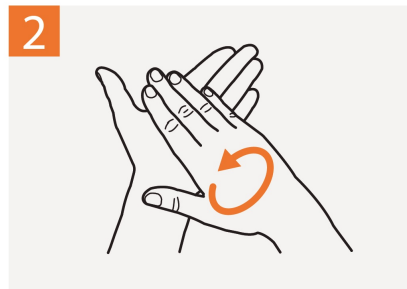
O bună igienă a mâinilor implică o dezinfecție corectă a acestora!

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

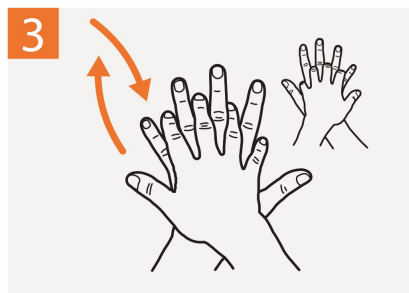
 Durata unei proceduri: 20 - 30 secunde



Aplicați produsul dezinfectant în căușul palmei;



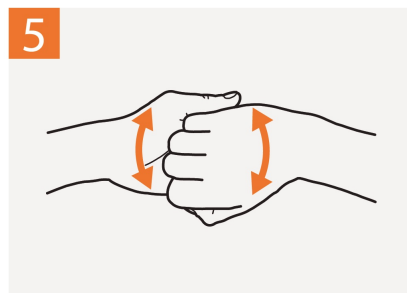
Frecați palmele între ele;



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



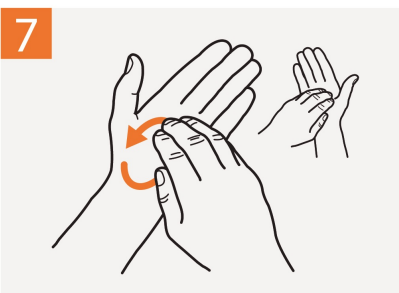
Palmă peste palmă cu degetele întrepătrunse;



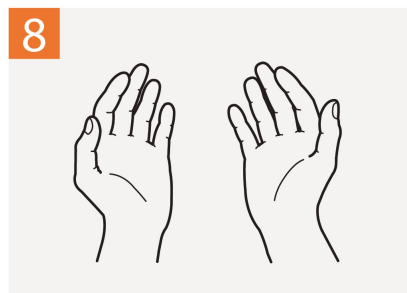
Partea posterioară a degetelor în căușul palmei opuse cu degetele întrepătrunse;



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



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

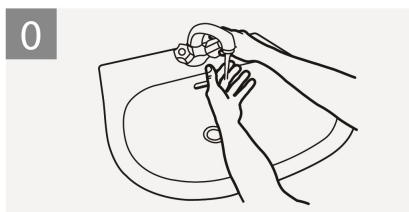


Odată uscate, mâinile sunt dezinfectate.

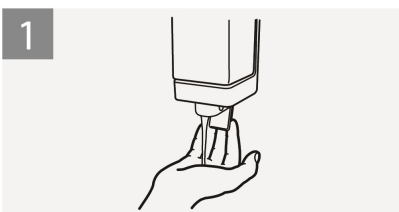
Cum să ne spălăm corect mâinile?

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

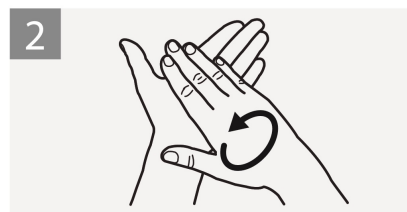
 Durata întregii proceduri: 40-60 secunde



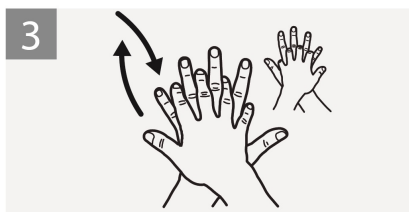
Udați mâinile cu apă;



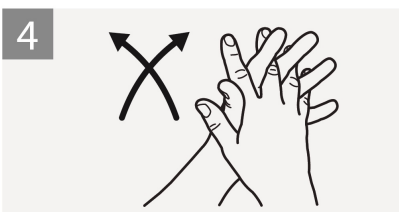
Aplicați suficient săpun pentru a acoperi toată suprafața mâinii;



Frecați mâinile palmă peste palmă;



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



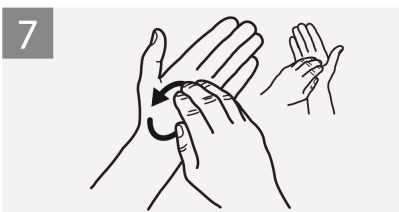
Palma peste palmă cu degetele intercalate;



Dosul degetelor pe palma opusă, cu degetele împreunate;



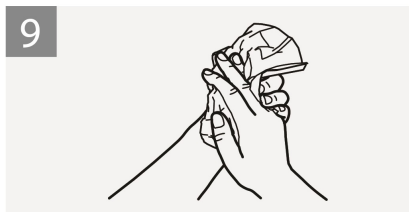
Frecări rotative ale policelui stâng prins în palma dreaptă și vice versa;



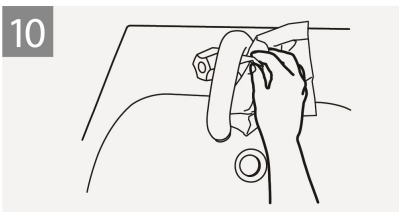
Frecări rotative într-un sens și celălalt cu degetele împreunate ale mâinii drepte, pe palma stângă și vice versa;



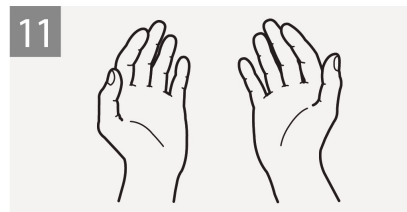
Clătiți mâinile cu apă;



Uscați mâinile bine cu un prosop de unică folosință;



Închideți robinetul folosind prosopul;



Mâinile tale sunt acum sigure (curate).

