

Правилното измиване на ръцете е много лесно!

Източник: www.infektionsschutz.de & www.who.int

Bulgarisch

Kommunales Integrationszentrum
Kreis Lippe



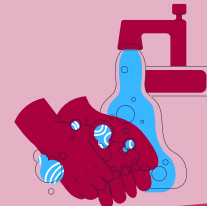
Запретни ръкави и пусни водата

Ръцете и китките на ръцете трябва добре да се намокрят. Най-добре си мий ръцете често и правилно.



Правилното миене на ръцете

1. Насапуни мокрите ръце и китките на ръцете много добре.
2. апунисай всичко много старателно. Това включва не само китките на ръцете, а и върховете на пръстите и пространството между тях. Това отнема 20-30 секунди или изпей „Честит рожден ден“ 2 пъти.
3. Изплакни обилно, докато изчезне всичкят сапун.
4. Изсуши ръцете си. За предпочитане с кърпа за еднократна употреба.



Дезинфекция:

1. Дезинфекцирането на ръцете е подобно на измиването на ръцете. Втрий всичко добре, докато почувстваш ръцете си сухи.
2. Дезинфекцирането на ръцете не е заместител на измиването на ръцете.
3. След ходенето до тоалетна по-добре измий ръцете си, вместо да ги дезинфекцираш.
4. Ако ръцете ти са видимо замърсени, измий ги правилно със сапун.
5. Когато дезинфекцираш повърхности, най-добре е да използваш кърпа за еднократна употреба.
6. Важни повърхности за дезинфекция са дръжките на вратите, ключовете за осветление, мивките и тоалетните казанчета.

