Cum spălăm mâinile?

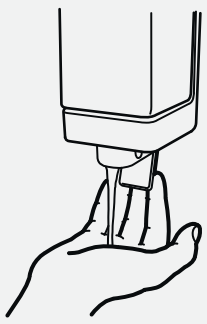
SPĂLAȚI MÂINILE, DACĂ SUNT VIZIBIL MURDARE! ALTFEL, DEZINFECTAȚI MÂINILE.

Durata întregii proceduri: 40-60 secunde

0

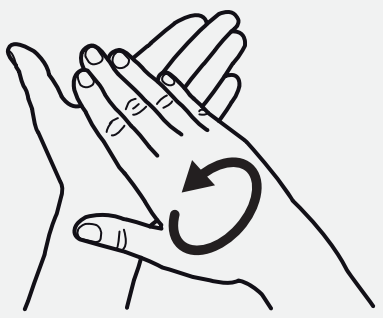
Udați mâinile cu apă;

1



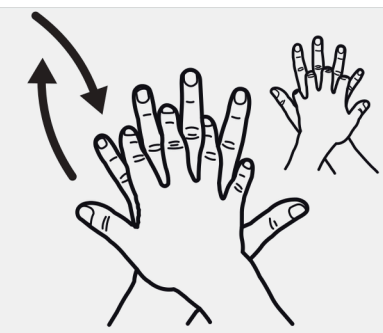
Aplicați săpun suficient pentru a acoperi toată suprafața mâinilor;

2



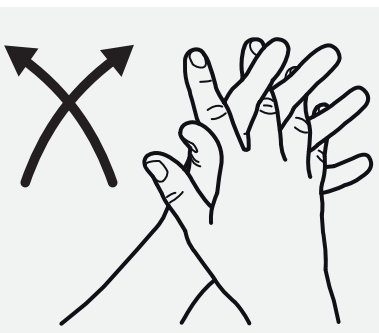
Frecați mâinile palmă peste palmă;

3



Palma dreaptă peste dosul palmei stângi, cu împletirea degetelor și viceversa;

4

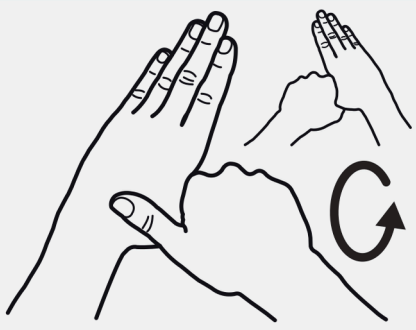


Palmă peste palmă, cu degetele împletite;

5

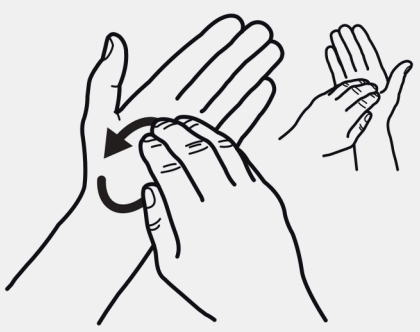
Dosul degetelor pe palma opusă, cu degetele împreunate;

6



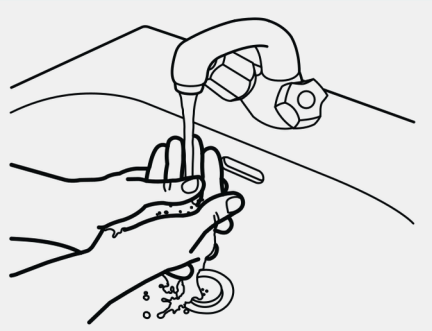
Frecări rotative cu degetul mare stâng prins în palma dreaptă și viceversa;

7



Frecări rotative în ambele sensuri, cu degetele împreunate ale mâinii drepte în palma stângă și invers;

8

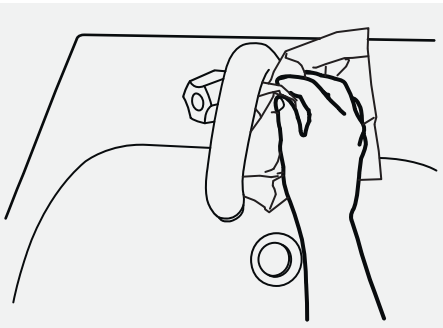


Clătiți mâinile cu apă;

9

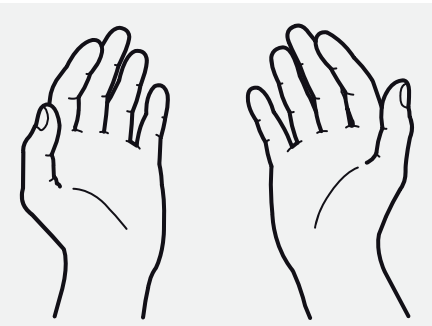
Uscați mâinile cu un prosop de unică folosință;

10



Închideți robinetul folosind un prosop;

11



Procedura de spălare s-a încheiat și mâinile sunt acum sigure.

Igiena mâinilor salvează vieți!

Institutul Național de Sănătate Publică

World Health Organization

Ministerul Sănătății

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare şi promovare a sănătăţii şi educaţie pentru sănătate al Ministerului Sănătăţii, prin adaptarea materialului OMS „How to Handwash?”. Pentru distribuţie gratuită.