



КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ



1
Намочи
руки



2
Возьми
мыло



3
Разотри руки
не менее
20 секунд



4
Смой мыло
водой



5
Высуши
руки

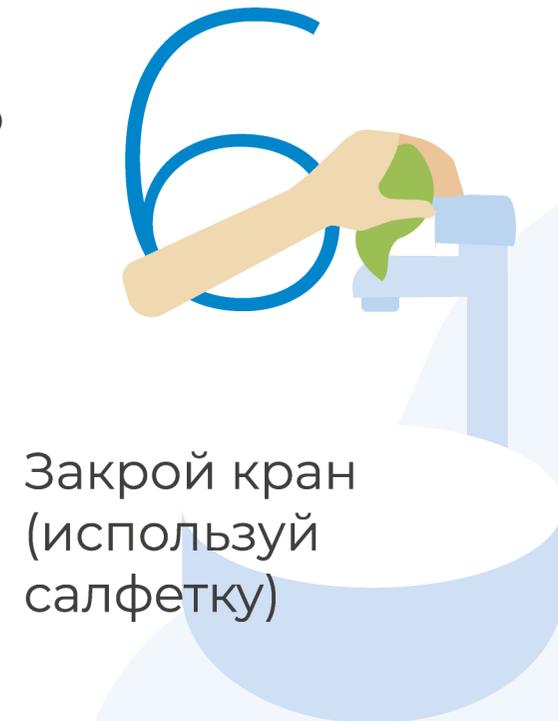
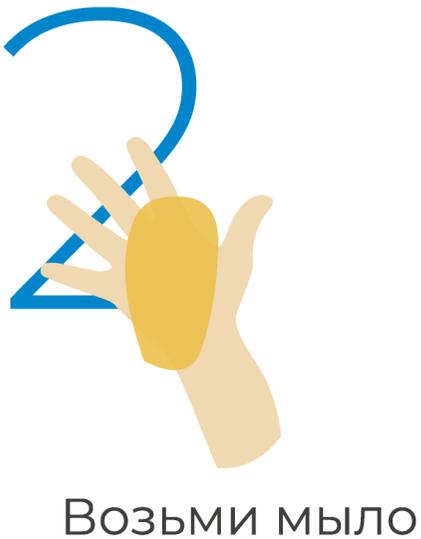


6
Закрой кран
(используй
салфетку)

Мой руки и будь здоров!



Как правильно мыть руки





ГРЯЗНЫЕ РУКИ ГРОЗЯТ БЕДОЙ



ЧТОБ ХВОРЬ ТЕБЯ НЕ СЛОМИЛА –
БУДЬ КУЛЬТУРЕН: ПЕРЕД ЕДОЙ
МОЙ РУКИ МЫЛОМ!

В. МАЯКОВСКИЙ

Твой Роспотребнадзор





РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ!



Ваш Роспотребнадзор



Кое-что о чистых и грязных руках

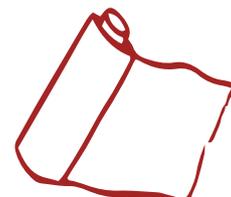


Мытье рук – одна из основных, **эффективных** гигиенических практик в повседневной жизни, но **слишком часто этим пренебрегают**.

Гигиена рук включает в себя **мытьё рук с мылом** под проточной водой, а также использование **специальных дезинфицирующих средств** (кожные антисептики в разных формах: гели, салфетки, спреи)

Мыть руки правильно

- люди во всем мире моют руки водой, но очень немногие используют при этом мыло
- по статистике только каждый пятый моет руки после посещения туалета



Мытье рук предупреждает распространение прежде всего диарейных, паразитарных и острых респираторных инфекций

Мыть руки всегда:

- после посещения туалета, общественных мест, сморкания, кашля и чихания, ухода за больными, контакта с животными,
- перед приготовлением и приемом пищи

Как правильно обрабатывать руки антисептиком?



Перед обработкой ознакомьтесь с инструкцией. **Обратите внимание на:**

- время экспозиции,
- количество средства для однократной обработки рук.

Техника обработки:

тщательно обработайте кожу внутренней и наружной поверхности ладоней, участки кожи между пальцами, под ногтями и большие пальцы рук.

Втирайте средство до полного высыхания, но не менее 30 секунд

Как правильно мыть руки с мылом:

- **смочите** руки теплой водой,
- **нанесите** мыло,
- **распределите мыло по всей поверхности рук:** ладони с внутренней и наружной поверхности, участки кожи между пальцами, под ногтями и большие пальцы рук (**время обработки не менее 20 секунд**),
- **смойте** водой,
- **высушите** руки чистым полотенцем или при помощи сушилки.

В общественном туалете, для **закрытия крана с водой** или **нажатия на дверную ручку**, используйте **бумажные салфетки**



ЧИСТОТА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ С ПЕТЕЙ ЛЕНТЯЕВЫМ



санпросвет



Мою руки перед едой
с мылом

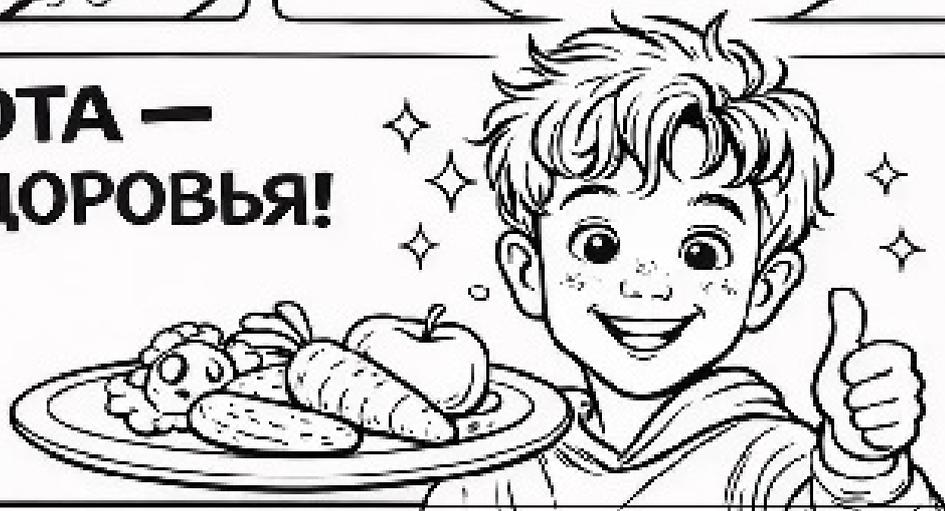
20–30 секунд!



Тщательно мою
овощи, фрукты и ягоды,
чтобы смыть с них микробы.



**ЧИСТОТА –
ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!**



ПЕТЯ ЛЕНТЯЕВ ПРОТИВ АРМИИ МИКРОБОВ!



Мыть руки? НЕКОГДА!
У МЕНЯ НОВЫЙ УРОВЕНЬ!



ЗАХВАТИМ ЭТОТ ОРГАНИЗМ!
ОН НИКОГДА НЕ МОЕТ РУКИ!



Ой-ой-ой! КАК МНЕ ПЛОХО!
НАДО БЫЛО МЫТЬ РУКИ!



ВОЗЬМИ МИКРОСКОП
И УВИДИШЬ СВОИХ ВРАГОВ!



ВОТ ЭТО АРМИЯ!
БЕГУ МЫТЬ РУКИ!



ТЕПЕРЬ Я ПЕТЯ ЧИСТЮЛЯ!
МИКРОБЫ ДРОЖАТ
ПРИ ВИДЕ МЫЛА!

