

# 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;



Palmă peste palmă cu degetele intercalate;



Dosul degetelor pe palma opusă, cu degetele împreunate;



Frecări rotative ale polzelui stâng prinț 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;



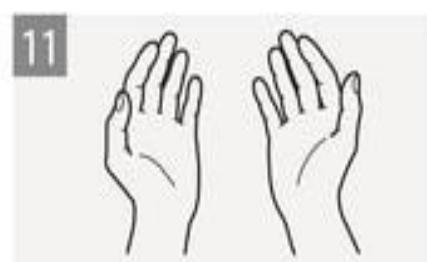
Clătiți mâinile cu apă;



Uscați mâinile bine cu un prosop de unică folosință;



Închideți robinetul folosind prosopul;



Mâinile tale sunt acum sigure (curate).