


Technika higieny rąk przy użyciu mydła i wody

 Czas trwania procedury: 40-60 sekund



Zmocz ręce wodą.



Nabierz tyle mydła, aby pokryć całą powierzchnię dłoni.



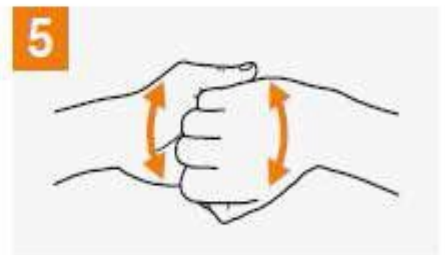
Pocieraj o siebie rozproszowane dłonie.



Położ prawą dłoń na grzbiecie lewej dłoni przeplatając palce a następnie zamień dłonie.



Złóż razem dłonie przeplatając palce.



Grzbiet palców dłoni schowaj w drugiej dłoni spletając razem palce.



Pocieraj obrotowo lewy kciuk zaciśnięty w prawej dłoni a następnie zamień dłonie.



Pocieraj obrotowo lewą dłoń do tyłu i do przodu zaciśniętymi palcami prawej dłoni a następnie zamień ręce.



Oplucz ręce wodą.



Wytrzyj ręce do sucha jednorazowym ręcznikiem.



Użyj ręcznika do zakręcenia kranu.



Teraz Twoje ręce są bezpieczne.