

手部卫生

用肥皂洗手是一种简单有效的措施，用于去除污垢、减少手部的微生物。它对于预防疾病至关重要。仅需20秒即可完成。

什么时候应该洗手？

- 在准备和烹饪食物之前。
- 在摆盘和进食之前。
- 在探望病人之前和之后。
- 在上厕所后。
- 在擤鼻子或咳嗽之后。
- 在接触宠物或其他动物之后。
- 在户外活动后。
- 每当手脏的时候。
- 在换完尿布后。
- 在接触钱和垃圾之后。

应该如何洗手？

请遵循下列简单步骤：

- 用水把手弄湿。
- 在手部涂抹肥皂。
- 清洗双手的
 - 手掌、
 - 手背、
 - 手指、
 - 指缝、
 - 指甲。



- 使用刷子清洗指甲。
- 用大量的水冲洗双手。
- 用毛巾擦干或用烘干机烘干双手。

