

# ГИГИЕНА РУК

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЫЛА И ВОДЫ

Если есть мыло и вода, всегда их используйте

- Сполосните руки теплой проточной водой, нанесите мыло на ладони и потрите руки до образования мыльной пены
- В течение 10-15 секунд постарайтесь тщательно покрыть всю поверхность рук и пальцев (включая ногти)
- Сполосните под теплой проточной водой
- Тщательно высушите руки с помощью одноразового полотенца или сушилки для рук
- Закройте кран с помощью чистого бумажного полотенца

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ОБРАБОТКИ РУК НА ОСНОВЕ СПИРТА

Используйте, когда мыло и вода **НЕ**доступны  
(кроме случаев, когда на руках видна грязь)

- Возьмите небольшое количество средства для обработки рук на основе спирта (размером с монету достоинством 5 центов)
- Потрите кончики пальцев, обе стороны рук и участки между пальцами
- Продолжайте растирать до тех пор, пока ваши руки не высохнут
- Не нужно смывать или сушить

Внимание: Данный продукт легко воспламеняется в мокром состоянии, поэтому обязательно высушите руки перед тем, как приступить к следующему занятию.

ПОМОГИТЕ  
ПРЕДОТВРАТИТЬ  
РАСПРОСТРАНЕНИЕ  
ИНФЕКЦИИ