

5 мая – Всемирный день гигиены рук



Всемирная организация здравоохранения провозгласила 5 мая Всемирным днем гигиены рук. Дата 5.5. символизирует по 5 пальцев на каждой из рук человека.

Главная задача этого дня – сделать акцент на том, что такая несложная процедура, как мытьё рук, является, по сути, самым эффективным способом не только защитить себя от множества опасных заболеваний, но и остановить их рост. А в данной эпидемиологической обстановке данная гигиеническая процедура стала как никогда актуальной. Мойте руки правильно и помните, ваше здоровье – в чистых руках!



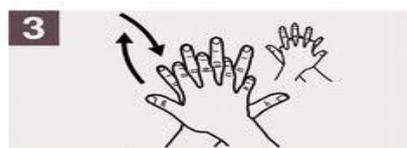
0 смочить руки водой



1 нанести на все поверхности рук достаточно мыла



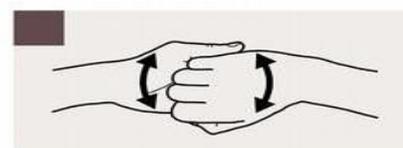
2 тереть одну ладонь о другую ладонь



3 правой ладонью растирать тыльную поверхность левой руки, переплетя пальцы, и наоборот



4 тереть одну ладонь о другую ладонь, переплетя пальцы



5 соединив пальцы, тереть их тыльной стороной о ладонь другой руки



6 тереть большой палец левой руки вращательным движением, охватив его правой ладонью, и наоборот



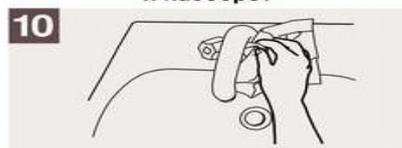
7 круговым движением вперед-назад тереть левую ладонь кончиками соединенных пальцев и наоборот



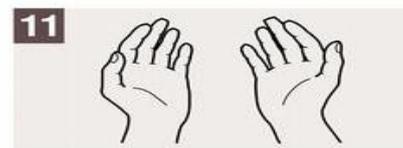
8 ополоснуть руки водой



9 тщательно вытереть руки одноразовой салфеткой



10 воспользуйтесь салфеткой, чтобы закрыть кран



11 теперь ваши руки в безопасности.

Врач-гигиенист (заведующий отделом)
отдела общественного здоровья
Дервеедова Екатерина Васильевна