

怎么洗手

正确的洗手方法可保护你、家人和他人免受感染



1 用水湿润手、打肥皂



2 掌对掌揉搓



揉搓指缝

3



4 洗手背



5 清洗指甲缝



围绕拇指搓洗

6



7 围绕手腕搓洗



8 用流水冲掉肥皂



9 用纸巾揩干手、垫着纸巾或用胳膊肘关上水龙头

什么时候需要洗手

- 手看上去脏或感觉脏时
- 准备食物或吃东西前
- 处理废物、脏衣服或便后
- 打喷嚏、咳嗽或擤鼻子后
- 与他人握手后
- 抚摸宠物后