

KÉZMOSÁS

Az első védelmi vonal

Az alapos kézmosás az egyik leghatékonyabb módja annak, hogy megelőzzük a kórokozók terjedését mindannyiunk egészsége érdekében. Kövesse az alábbi egyszerű lépéseket, hogy keze biztosan alaposan megtisztuljon.



MIÉRT FONTOS A KÉZMOSÁS:



Elősegíti az általános egészséget



Eltünteti a kórokozókat



Megelőzi a betegségeket

MIKOR MOSSUNK KEZET



Ételkészítés előtt és után



WC-használat után



Étkezés előtt



Köhögés, tüsszentés vagy orrfújás után



Házi kedvencek vagy állatok érintése után



Szemét kezelése után



Amikor keze piszkos vagy piszkosnak érzi

A HATÉKONY KÉZMOSÁS LÉPÉSEI



Vizezze be a kezét, és használjon szappant



Habosítson alaposan



Dörzsölje 20 másodpercig



Jól öblítse le



Szárítsa meg teljesen

SEGÍTŐ TIPPEK

Használjon kézfertőtlenítőt ha szükséges:

Ha nincs szappan és víz, használjon legalább 60%-os alkoholtartalmú kézfertőtlenítőt.



Kerülje az arc érintését:

Tartsa távol a kezét a szemétől, orrától és szájától, hogy megelőzze a kórokozók szervezetbe jutását.

