Postup při mytí rukou

POSTUP PŘI HYGIENĚ RUKOU DOPORUČENÝ SVĚTOVOU ZDRAVOTNICKOU ORGANIZACÍ

Doba trvání celé procedury: 40 - 60 vteřin

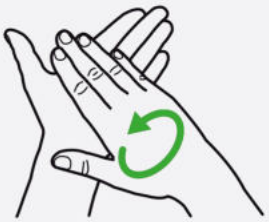
0

Navlhčete si ruce vodou.

1

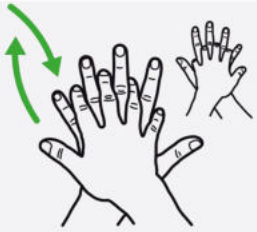
Aplikujte dostatek mýdla na pokrytí celého povrchu rukou.

2



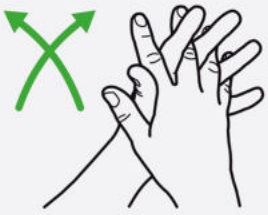
Třete dlaní o dlaň krouživým pohybem.

3



Třete pravou dlaní o levý hřbet ruky se zaklesnutými prsty a naopak.

4



Třete dlaní o dlaň se zaklesnutými prsty.

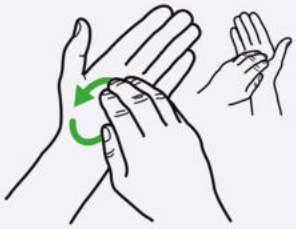
5

Třete hřbety prstů o druhou dlaň se zaklesnutými prsty.

6

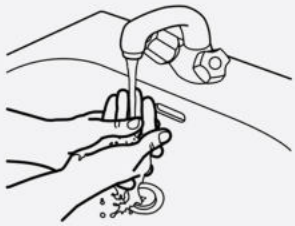
Krouživým pohybem třete levý palec v sevřené pravé dlani a naopak.

7



Obousměrnými krouživými pohyby třete sevřené prsty pravé ruky o levou dlaň a naopak.

8

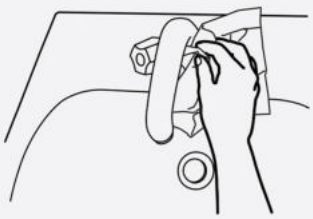


Opláchněte si ruce vodou.

9

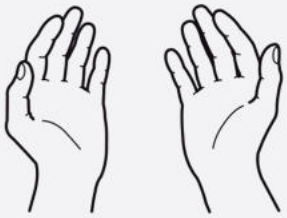
Ruce si pečlivě osušte ručníkem na jedno použití.

10



Použijte ručník k zastavení kohoutku.

11



Nyní jsou vaše ruce čisté.

BENU
Vaše zdraví si bereme na starost!

Zpracováno podle originálního dokumentu How to handrub? Geneva: World Health Organization (WHO); 2009. Licence: CC BY-NS-SA 3.0 IGO;
Grafické zpracování a překlad: BENU s.r.o. Česká republika, 2020. Tento materiál je pouze ilustrační a nenahrazuje odborné poradenství a zdravotní instruktáž.