

COVID-19

Як правильно очищати руки



1. Намочіть руки водою.



2. Використовуйте достатньо мила, щоб покрити піною руки.



3. Потріть долоні й тильну сторону рук, між пальцями і вичистіть бруд з-під нігтів (робіть це протягом 15-30 секунд).



4. Сполосніть руки проточною водою.



5. Витріть руки чистим рушником, паперовим рушником або висушіть їх повітрям за допомогою сушарки для рук.



Для очищення рук антисептиком для рук використовуйте достатньо антисептика, щоб покрити ним долоні й тильну сторону рук, а також пальці, втирайте його в руки протягом 15-30 секунд і висушіть руки повітрям за допомогою сушарки для рук.