

COVID-19



તમારા હાથ કેવી રીતે સાફ કરવા



1. પાણીથી હાથ ભીના કરો



2. તમારા હાથને આવરી લેવા પર્યાપ્ત સાબુ લગાવો



3. હાથની આગળ અને પાછળ, આંગળીઓ વચ્ચે અને નખની અંદર 15 થી 30 સેકન્ડ સુધી ઘસો



4. વહેતા પાણીની નીચે હાથ સાફ કરો



5. એક સ્વચ્છ કપડાં, પેપર ટોવેલ અથવા હેન્ડ ડ્રાયર વડે હાથ કોરા કરો



હેન્ડ સેનિટાઇઝર માટે, હાથની આગળ અને પાછળ અને આંગળીઓને આવરી લેવા પર્યાપ્ત સેનિટાઇઝર વાપરો, 15 થી 30 સેકન્ડ સુધી ઘસો અને હવામાં સૂકાવો