LAVAGGIO DELLE MANI

Mani pulite aiutano a fermare la diffusione dei germi

1



Bagna le mani

2



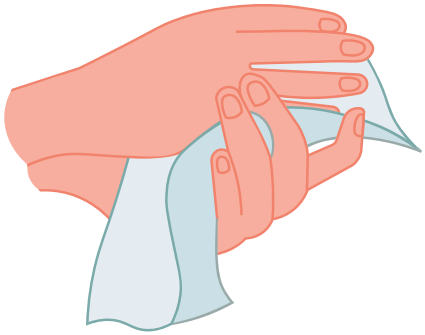
Usa il sapone, e strofina le mani per 15 secondi

3



Risciacqua con acqua

4



Asciuga bene le mani

MANI PULITE AIUTANO A FERMARE LA DIFFUSIONE DEI GERMI

Lavati le mani con un igienizzante per le mani o con acqua e sapone

- Gli igienizzanti per le mani sono molto utili quando non si hanno a disposizione acqua e sapone.
- Usa acqua e sapone quando le mani sono visibilmente sporche o prima di preparare il cibo.

Quando è importante lavarsi o usare un igienizzante per le mani:

- Dopo aver starnutito, tossito o esserti soffiato il naso.
- Dopo aver usato il bagno o aver cambiato un pannolino.
- Prima e dopo aver preparato, maneggiato, servito o consumato alimenti.
- Prima e dopo aver toccato gli occhi, il naso o la bocca.
- Prima e dopo aver assistito una persona malata.
- Prima e dopo aver trattato un taglio o una ferita.
- Dopo aver toccato superfici di uso comune nei luoghi pubblici (ad esempio, mezzi di trasporto, ascensori, maniglie delle porte).

Come lavarsi le mani

1. Bagna le mani con acqua tiepida e usa il sapone.
2. Strofina le mani tra loro per 15 secondi, senza dimenticare il dorso delle mani, i pollici, gli spazi tra le dita e sotto le unghie.
3. Risciacqua le mani sotto l'acqua corrente.
4. Asciuga bene le mani.

Come usare l'igienizzante per le mani

- Scegli un igienizzante per le mani con una percentuale di alcol compresa tra il 70% e il 90%.
- Assicurati che le mani non siano visibilmente sporche.
- Applica una o due dosi di igienizzante sul palmo della mano, quindi distribuiscilo sulla punta delle dita, tra le dita, sotto le unghie, sul dorso delle mani e sui pollici.
- Strofina le mani tra loro per almeno 15 secondi fino a quando non sono asciutte.
- I bambini piccoli devono essere sorvegliati per assicurarsi che utilizzino correttamente l'igienizzante per le mani.

Usa una crema per mantenere le mani in salute

- Pulire frequentemente le mani può rendere la pelle secca.
- La pelle secca può screpolarsi e le screpolature possono facilitare l'ingresso dei germi.
- L'uso di una crema aiuta a mantenere le mani morbide, sane e protette.

Dove posso trovare ulteriori informazioni?

Chiama Toronto Health Connection: 416-338-7600; TTY: 416-392-0658;
oppure visita il nostro sito web **www.toronto.ca/health**.