

## Коронавірусна хвороба-2019 (COVID-19)

# Як мити руки



Мийте руки  
принаймні 15 секунд

**1**

Зволожите руки  
теплою водою.

**2**

Скористайтеся милом.

**3**

Спіньте мило і потріть  
долоні рук.

**4**

Потріть між пальцями  
та навколо них.

**5**

Потріть тильну частину  
руки іншою рукою.

**6**

Потріть кінці пальців  
кожної руки  
протилежною рукою.

**7**

Потріть великі пальці  
протилежною  
долонею.

**8**

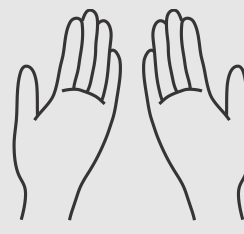
Ретельно сполосніть  
руки водою.

**9**

Насухо витріть руки  
паперовим рушником.

**10**

Вимкніть воду  
паперовим рушником.

**11**

Тепер ваші руки  
чисті.

# Як використати дезінфектор



Потріть руки  
принаймні 15 секунд

1



Раз чи двічі натисніть  
дезінфектор над  
долонями  
сухих рук.

2



Потріть долоні одна  
об одну.

3



Потріть між пальцями  
та навколо них.

4



Потріть тильну  
частину руки іншою  
рукою.

5



Потріть кінці пальців  
кожної руки  
протилежною рукою.

6



Потріть великі пальці  
протилежною  
долонею.

7



Тріть руки, доки засіб не  
висохне. Не  
використовуйте рушник.

8



Після висихання ваші  
руки чисті.

## Джерела:

Агентство з охорони здоров'я та зміцнення здоров'я Онтаріо (Охорона здоров'я в Онтаріо), Регіональна консультативна рада з інфекційних хвороб. Рекомендації щодо гігієни рук у закладах охорони здоров'я [Інтернет]. 4-та ред., Торонто, Онтаріо: Queen's Printer for Ontario; 2014. Знаходиться за: <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/bp-hand-hygiene.pdf?la=en>

Відомості в даному документі подані станом на 16 березня 2020 року.

©Queen's Printer for Ontario, 2020

Ontario 