

Higiena rąk

– zalecenia ogólne



przed przygotowaniem posiłku, szczególnie po kontakcie z surowym i mrożonym mięsem i rybami, jajami i surowymi warzywami



przed jedzeniem i przed karmieniem dzieci



po kontakcie z osobą chorą



po zmianie pieluchy u dziecka lub osoby chorej



po skorzystaniu z toalety



po zabawie ze zwierzętami i po sprzątaniu kuwet



po sprzątaniu i usuwaniu śmieci



przed i po wykonaniu opatrunku ran lub zmian skórnych



po kontakcie z krwią, wymiocinami, moczem lub kałem



po podróży komunikacją miejską (autobusem, tramwajem, pociągiem)



po powrocie do domu lub przyjsciu do pracy



po kontakcie z pieniędzmi



1

o myciu i dezynfekcji rąk zgodnie z instrukcją mycia rąk

2

o myciu rąk przez min. 15-20 sekund, by usunąć bakterie i wirusy