

Technika vtierania dezinfekčného prostriedku do rúk.

 (Dĺžka trvania 20 – 30 sekúnd)



1a Naberte plnú dlaň tak, aby prekryla celý povrch.



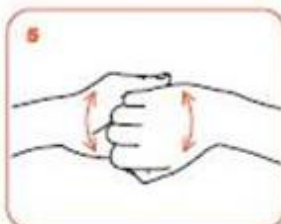
2 Trite dlaň o dlaň.



3 Jednu ruku cez chrbát druhej ruky tak, aby sa dotýkali vnútorné strany prstov a naopak.



4 Vnútorné strany prstov v polohe dlaň ku dlani.



5 Chrbtová časť prstov proti dlani druhej ruky.




6 Krúživým pohybom obopnúť palec na ruke.



7 Spojenými prstami na dlani vtierať v smere aj proti smeru hodinových ručičiek.

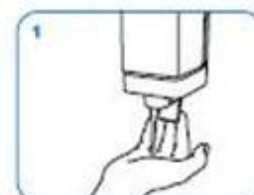


8 Nechať zaschnúť. Vaše ruky sú bezpečné.

 (Dĺžka trvania 40 – 60 sekúnd)



0 Opláchnite si ruky.



1 Naberte dostatočné množstvo mydla.



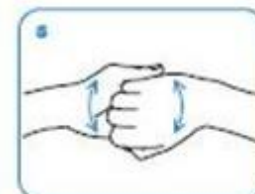
2 Trite dlaň o dlaň.



3 Jednu ruku cez chrbát druhej ruky tak, aby sa dotýkali vnútorné strany prstov a naopak.



4 Vnútorné strany prstov v polohe dlaň ku dlani.



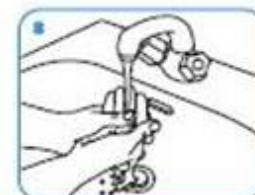
5 Chrbtová časť prstov proti dlani druhej ruky.



6 Krúživým pohybom obopnúť palec na ruke.



7 Spojenými prstami na dlani pohybovať v smere aj proti smeru hodinových ručičiek



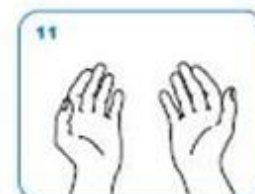
8 Opláchnite ruky vodou.



9 Osušte jednorazovým uterákom,



10 Jednorazový uterákom zastavte vodu.



11 Vaše ruky sú čisté

