

Rửa tay đúng cách thật dễ dàng VÀ là tuyến phòng thủ đầu tiên chống lại bệnh tật!

Khi nào nên rửa tay?

Rửa tay thường xuyên, trước và sau các hoạt động như chăm sóc người bệnh, điều trị vết thương, đi vệ sinh, giúp trẻ đi vệ sinh, ho hoặc hắt hơi, xì mũi và ăn uống.

Cách rửa tay:

1. Làm ướt tay bằng nước sạch
2. Thoa xà phòng và tạo bọt trên tay bằng cách chà xát hai tay với xà phòng. Sau đó tạo bọt tại mu bàn tay, giữa các ngón tay và dưới móng tay.
3. Chà tay trong vòng 20 giây. Để theo dõi thời gian, hãy hát bài ABC hoặc bài hát Chúc mừng Sinh nhật (Happy Birthday).
4. Rửa sạch tay dưới vòi nước
5. Lau khô tay bằng khăn sạch hoặc dùng máy sấy khô

