

A kézmosásról

Hogyan mossunk kezet higiénikusan?

A tiszta vizes kézmosás magában, szappan nélkül mit sem ér!

Ügyeljünk tehát a szappanozásra (**még csak antibakteriális termékre sincs szükség**), erőteljesen dörzsöljük össze kezeinket, és minimum húsz másodpercig mossuk meg a csuklót, a kézfejet és tenyeret. Minden ujjunkat külön mossuk meg, ügyeljünk a körmök alatti területekre, majd öblítsünk alaposan. Szárításhoz használjunk tiszta, eldobható kéztörölkőt, vagy légfúvós szárítót. Nyilvános helyeken, ha lehet, a csapot kéztörölő kendővel zárjuk el és az ajtón is könyökünket használva menjünk ki. S.O.S helyzetben, azaz ha nem tudunk folyóvízzel kezet mosni, használjunk bátran antibakteriális kézmosó gélt!

Mikor mossunk kezet?

- ételek elkészítése előtt; amennyiben a szabadban sütögetünk, **használjunk antibakteriális kézfertőtlenítő gélt**
- nyers ételek előkészítése, különösen húsok után
- evés előtt - még fagyizás vagy gyümölcsfogyasztás előtt is
- háztartási hulladék, kerti hulladékok, vagy ezekkel szennyezett tárgyakkal való érintkezés után
- gyógyszerekkel való érintkezés után
- fertőző betegségekkel való érintkezés után
- kontaktlencse behelyezése és kivétele előtt
- WC-használat és pelenkázás után
- állatokkal, vagy pórázzal, szájkosárral való érintkezés után
- orrfújás, köhögés, tüsszentés után
- sebek, egyéb sérülések ellátása előtt és után
- HAZAÉRKEZÉSKOR
- MUNKÁBA ÉRKEZÉSKOR