

# Postup správného mytí a dezinfekce rukou



Ruce mějte vždy dostatečně smočené mýdlovou vodou (při mytí) či dezinfekcí. Mytí i dezinfekci provádějte po dobu alespoň 30 vteřin. Každý pohyb správného mytí a dezinfekce opakujte 5krát.

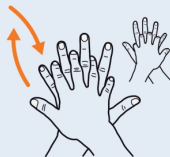
1



2



3



4



Do sevřené dlaně aplikujte mýdlo / dezinfekci.

Třete ruce dlaní o dlaň.

Dlaní třete hřbet levé i pravé ruky se zaklesnutými prsty.

Dlaní třete dlaň se zaklesnutými prsty.

5



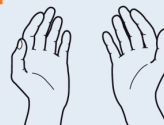
6



7



8



Třete hřbety prstů o dlaň druhé ruky s chycenými prsty.

Rotací třete palec v sevřené dlaní levé i pravé ruky.

Rotací třete špičky prstů v dlaní levé i pravé ruky.

Po osušení jsou ruce **umyté / dezinfikované.**