



# О ЧИСТЫХ И ГРЯЗНЫХ РУКАХ



## МЫТЬ РУКИ ПОЛЕЗНО

- Люди часто касаются грязными руками глаз, носа и рта, даже не осознавая этого. Так микробы могут попасть в организм и вызвать болезнь
- Благодаря мытью рук количество кишечных инфекций в коллективе уменьшается на 23-40%, а респираторных заболеваний – на 16-21%

## МЫТЬ РУКИ ПРАВИЛЬНО

- Люди во всем мире моют руки водой, но очень немногие используют при этом мыло
- Только мытье рук с мылом эффективно удаляет микробы

## МЫТЬ РУКИ ВСЕГДА

- Только каждый пятый моет руки после каждого посещения туалета
- Привычка мыть руки поможет избежать многих инфекционных заболеваний

## КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ



смочить  
руки водой



нанести мыло  
и вспенить его



обработать мыльной  
пенной каждый участок  
кистей, включая  
межпальцевые  
промежутки, ногтевые  
пластины и подушечки  
пальцев



продолжать  
процедуру  
30 секунд



смыть пену  
проточной  
водой

**МОЙТЕ РУКИ  
И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

**Ваш Роспотребнадзор**