

Schemat mycia i dezynfekcji rąk



A

Z DOZOWNIKA ŚCIENNEGO
NANIEŚĆ ODPOWIEDNIĄ PORCJĘ MYDŁA
LUB ALKOHOLOWEGO
ŚRODKA DEZYNFEKCYJNEGO



B

*MYĆ LUB DEZYNFEKOWAĆ RĘCE WEDŁUG SCHEMATU
KAŻDY ETAP TO PIĘĆ RUCHÓW „TAM I Z POWROTEM”.*

POCIERAĆ DŁOŃ O DŁOŃ.



C

POCIERAĆ CZĘŚĆ DŁONIOWĄ PRAWEJ DŁONI
O POWIERZCHNIĘ GRZBIETOWĄ DŁONI LEWEJ.
ZMIANA RĄK.



D

DŁOŃ NA DŁONI, PALCE SPLECIONE. PRZESUWAĆ PALCE
JEDNEJ DŁONI MIĘDZY PALCAMI DRUGIEJ DŁONI,
AŻ DO ZAGŁĘBIEŃ MIĘDZYPALCOWYCH.



E

POCIERAĆ GRZBIETOWĄ POWIERZCHNIĘ
ZAGIĘTYCH PALCÓW JEDNEJ DŁONI
POD ZGIĘTYMI PALCAMI DRUGIEJ DŁONI.



F

KCIUK PRAWEJ DŁONI UJĘTY W LEWĄ DŁOŃ.
WYKONYWAĆ RUCHY OBROTOWE WOKÓŁ KCIUKA.
ZMIANA RĄK.



G

OBROTOWO POCIERAĆ OPUSZKI PALCÓW
PRAWEJ DŁONI W ZAGŁĘBIENIU DŁONIOWYM
LEWEJ DŁONI. ZMIANA RĄK.