

2019 冠狀病毒病 (COVID-19)

如何洗手



至少搓洗 15 秒

1



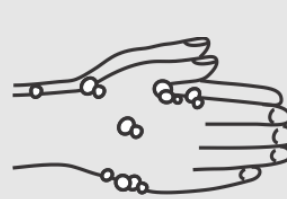
用溫水濕潤雙手。

2



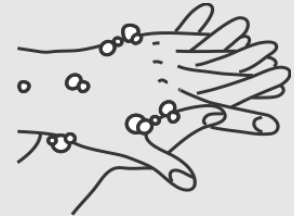
塗抹肥皂。

3



搓出肥皂泡後以掌心對掌心搓洗手掌。

4



搓洗指縫及其周邊。

5



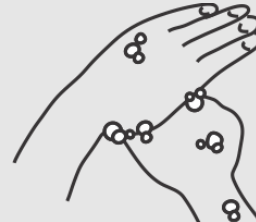
用手掌搓洗雙手的手背。

6



用手掌搓洗雙手的指尖。

7



握住並搓洗雙手的拇指。

8



用流動的水徹底沖洗乾淨。

9



用紙巾擦乾雙手。

10



手握紙巾關閉水龍頭。

11



現在，您的手已清洗乾淨。

如何使用洗手液



至少搓洗 15 秒

1



擠壓 1 至 2 次洗手液到乾燥的手掌上。

2



掌心對掌心互搓。

3



搓洗指縫及其周邊。

4



用手掌搓洗雙手的手背。

5



用手掌搓洗雙手的指尖。

6



握住並搓洗雙手的拇指。

7



搓洗至洗手液全幹為止。不要使用紙巾擦手。

8



手幹後即已清洗乾淨。

來源：

安省健康保護與促進署（安省公共衛生局），省傳染病諮詢委員會（Provincial Infectious Diseases Advisory Committee）。醫療設施中手衛生最佳規範 [互聯網版]。第 4 版。Toronto, ON: Queen's Printer for Ontario; 2014。可從以下網站獲取：<https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/bp-hand-hygiene.pdf?la=en>

文中資訊為 2020 年 3 月 16 日的最新資訊。

©Queen's Printer for Ontario, 2020