

## Infecția cu coronavirus 2019 (COVID-19)

# Cum să vă spălați mâinile



Spălați-vă mâinile timp  
de cel puțin 15 secunde

1



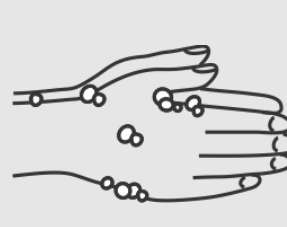
Umeziți mâinile cu  
apă caldă

2



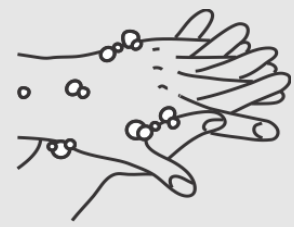
Aplicați săpun.

3



Aplicați săpun și frecați  
palmele una de  
cealaltă.

4



Frecați între și în jurul  
degetelor.

5



Frecați dosul fiecărei  
palme cu palma  
celeilalte mâini.

6



Frecați vârfulurile  
degetelor fiecărei mâini  
în palma opusă.

7



Frecați fiecare deget  
mare apucat în mâna  
opusă.

8



Clățiți bine sub jet  
de apă.

9



Uscați mâinile prin  
tapotare cu un șervețel  
de hârtie.

10



Închideți robinetul  
folosind un șervețel de  
hârtie.

11



Mâinile  
dumneavoastră sunt  
acum curate.

# Cum să folosiți dezinfectantul pentru mâini



Frecați mâinile timp  
de cel puțin 15 secunde

1



Aplicați 1 până la 2  
acționări de produs în  
palme, având mâinile  
uscate.

2



Frecați palmele una de  
cealaltă.

3



Frecați între și în jurul  
degetelor.

4



Frecați dosul fiecărei  
palme cu palma  
celeilalte mâini.

5



Frecați vârful  
degetelor fiecărei mâini  
în palma opusă.

6



Frecați fiecare deget  
mare apucat în mâna  
opusă.

7



Frecați mâinile până  
când produsul se  
usucă. Nu folosiți  
șervețele de hârtie.

8



Odată uscate, mâinile  
dumneavoastră sunt  
curate.

## Surse:

Agenția pentru Protecția și Promovarea Sănătății din Ontario (Sănătate Publică, Ontario), Comisia Consultativă Provincială pentru Boli Infecțioase. Cele mai bune practici pentru igiena mâinilor în toate unitățile de îngrijiri medicale [Internet]. Ediția 4, Toronto, ON: Imprimeria Regală Ontario; 2014. Disponibil de la: <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/bp-hand-hygiene.pdf?la=en>

Informațiile cuprinse în acest document sunt cele curente la data de 7 Iulie 2020.

©Imprimeria Regală Ontario, 2020

Ontario 