

# PRESCRIZIONI PER IL LAVAGGIO DELLE MANI

## LAVATI LE MANI OGNI VOLTA CHE:

- USI I SERVIZI IGIENICI
- PRIMA DI TOCCARE CONTENITORI E/O CIBI CHE POI AVVICINI ALLA BOCCA
- OGNI VOLTA CHE HAI TOCCATO SUPERFICI O OGGETTI SPORCHI O CHE SONO STATI PRECEDENTEMENTE TOCCATI DA ALTRE PERSONE

## SE HAI PRESCRIZIONI DI UTILIZZO DEI GUANTI SEGUILE CON RIGORE PICCOLI GESTI DI PREVENZIONE AIUTANO A RIDURRE I RISCHI DI CONTAGIO

**Come lavarsi le mani con acqua e sapone?**

**LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!**

Durata dell'intera procedura: 40-60 secondi

- 0 Bagna le mani con l'acqua
- 1 applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 2 friziona le mani palmo contro palmo
- 3 il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 4 palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro
- 5 dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa
- 7 frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa
- 8 Risciacqua le mani con l'acqua
- 9 asciuga accuratamente con una salvietta monouso
- 10 usa la salvietta per chiudere il rubinetto
- 11 ...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

**Come frizionare le mani con la soluzione alcolica?**

**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI! LAVALA CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**

Durata dell'intera procedura: 20-30 secondi

- 1a Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.
- 1b frizionare le mani palmo contro palmo
- 2 frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa
- 3 palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro
- 4 dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 5 frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa
- 6 ..una volta asciutte, le tue mani sono sicure.
- 7
- 8