

# Správne umývanie rúk

Dôležité preventívne opatrenie



1

Ruky navlhčiť pod  
tečúcou vodou



2

Ruky dôkladne namydliť



3

Nezabudnúť mydlo rozotrieť  
na chrbte ruky, ...



4

... na zápästí



5

... a medzi prstami



6

Dobre opláchnuť pod tečúcou  
vodou

# Správna dezinfekcia rúk

## Štandardizovaný postup nanášania podľa EN1500



1

Dlane položiť na seba a trieť. Počas celej doby pôsobenia musia byť obe dlane pokryté dezinfekčným prostriedkom.



2

Pravú dlaň cez chrbát ľavej ruky a ľavú dlaň cez chrbát pravej ruky



3

Dlaň na dlaň so skríženými spletenými prstami



4

Vonkajšiu plochu prstov na protiľahlú dlaň so zakliesnenými prstami



5

Krúživé pohyby pravého palca v zavretej ľavej dlani a opačne



6

Krúživé pohyby sem a tam s uzavretými končekmi prstov pravej ruky do ľavej dlane a opačne