

Стандарт обработки рук EN-1500



1-й этап:

Ладонь к ладони. Внимание: включая запястья



2-й этап:

Правая ладонь на тыльной стороне левой кисти, затем левая ладонь на тыльной стороне правой кисти



3-й этап:

Ладонь к ладони. Внимание: включая запястья



4-й этап:

Пальцы сплетены, наружная их сторона соприкасается с противоположной ладонью



5-й этап:

Протирание большого пальца круговыми движениями в кольцо из левой ладони и наоборот



6-й этап:

Круговые втирающие движения в одну и другую сторону кончиками сомкнутых пальцев правой руки по левой ладони и наоборот

С 2008 года по решению Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных наций совместно с Всемирной организацией здравоохранения ежегодно проводится «Всемирный день чистых рук» (Global Handwashing Day). Всемирный день гигиены рук проходит под девизом: «Чистые руки спасают жизнь!». Этот день призван повысить уровень осведомленности населения о положительном влиянии мытья рук на здоровье.

С наступлением жаркого лета актуальность приобретает проблема кишечных инфекций. Это всем хорошо известные дизентерия и сальмонеллезы, брюшной тиф, холера, иерсиниозы, вирусный гепатит, ротавирусная инфекция и пищевые токсикоинфекции,

Как и когда мыть руки?

- Смочив руки (лучше тёплой водой), тщательно намойте их и трите (хотя бы 15 секунд). При этом внимание стоит уделять всем зонам рук (тыльной и внутренней сторонам ладоней, между пальцами, самим пальцам, и даже ногтям).

- В общественных местах мойте руки только жидким мылом и теплой водой.
- Чем больше пены образуется при мытье — тем лучше. Недостаточно просто поводить куском мыла по коже, а после сполоснуть.
- Лучше снимать украшения перед мытьём рук, поскольку микроорганизмы скапливаются и под ними.
- Проблемными пунктами после мытья рук являются выключение крана и вытирание рук. Поскольку на кране скапливается большое количество бактерий, то в общественных местах для его выключения лучше использовать салфетку, а дома достаточно следить за чистотой крана. Вытирайте руки сухим, чистым полотенцем.
- Антибактериальное мыло практически ничем не отличается от обычного. Поэтому лучше использовать обычное мыло — оно прекрасно справляется со своими функциями.
- Чистые руки предотвращают множество заболеваний, возникающих из-за попадания болезнетворных микроорганизмов внутрь организма. Происходит это при употреблении пищи невымытыми руками (даже если они «вроде как» чистые, и даже если вы не прикасаетесь к еде руками).
- Мытье рук это существенное снижение вероятности заразиться инфекционным заболеванием после посещения общественных мест.

Передаваться инфекции могут через поручни в транспорте, ручки дверей, деньги и т.д. Поэтому, вернувшись домой помойте руки.

- Обязательно следует мыть руки перед приготовлением пищи.

Такие простые правила, как это ни казалось бы странным, выступают отличным средством защиты от довольно тяжелых заболеваний.