

Σωστός τρόπος εφαρμογής αλκοολούχου αντισηπτικού

Διάρκεια 20-30"



1 Βάζουμε στην παλάμη μας την ενδεικνυόμενη δόση του αλκοολούχου αντισηπτικού διαλύματος, ώστε να καλύπτονται όλες οι επιφάνειες.



5 Τρίβουμε ταυτόχρονα τις ραχιαίες επιφάνειες των ακροδαχτύλων και των δύο χεριών, κλείνοντας το κάθε χέρι μέσα στην παλάμη του άλλου χεριού.



2 Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.



6 Κλείνουμε τον αντίχειρα του αριστερού χεριού μέσα στην παλάμη του δεξιού χεριού, τον τρίβουμε με περιστροφικές κινήσεις και αντιστρόφως.



3 Τρίβουμε την παλάμη του δεξιού χεριού πάνω στη ραχιαία επιφάνεια του αριστερού χεριού βάζοντας τα δάκτυλα του δεξιού στα μεσοδακτύλια διαστήματα του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



7 Τρίβουμε τα ακροδαχτύλων του δεξιού χεριού με περιστροφικές κινήσεις (της ίδιας και αντίθετης φοράς) στην παλάμη του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



4 Τρίβουμε τις παλαμιαίες επιφάνειες των χεριών και τα μεσοδακτύλια διαστήματα, τοποθετώντας τα δάκτυλα σταυρωτά.



8 Εφόσον στεγνώσουν τα χέρια σας είναι ασφαλή.



Επιστρέφοντας,
ΠΡΟΣΕΧΟΥΜΕ διπλά!

Με υπευθυνότητα, ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ
για την αδιάλειπτη ηλεκτροδότηση της χώρας!