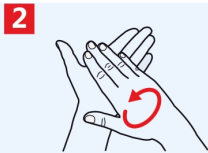


# Postup správného mytí a dezinfekce rukou

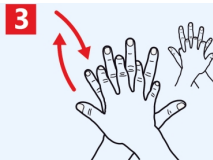
Ruce mějte vždy dostatečně smočené mýdlovou vodou (při mytí) či dezinfekcí. Mytí i dezinfekci provádějte po dobu alespoň 30 vteřin. Každý pohyb správného mytí a dezinfekce opakujte 5krát.



Do sevřené dlaně aplikujte mýdlo / dezinfekci.



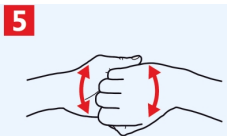
Třete ruce dlaní o dlaň.



Dlaní třete hřbet levé i pravé ruky se zaklesnutými prsty.



Dlaní třete dlaň se zaklesnutými prsty.



Třete hřbety prstů o dlaň druhé ruky s chycenými prsty.



Rotací třete palec v sevřené dlaní levé i pravé ruky.



Rotací třete špičky prstů v dlaní levé i pravé ruky.



Po osušení jsou ruce **umyté / dezinfikované.**