



## Lakossági tájékoztató a Kézmosásról



Az alapvető higiénés rendszabályok betartásával nagymértékben csökkenthetjük a hepatitisz A vírussal történő megfertőződés esélyét.

### Mikor kell mindig kezet mosni?

1. Ét elkészítés előtt, alatt és után
2. Étkezés előtt
3. Beteg gondozása előtt és után
4. Seb kezelése előtt és után
5. WC-használat után
6. Gyermekek pelenkázása előtt és után
7. Orrfújás, köhögés vagy tüsszentés után
8. Állat, állati takarmány, illetve az állati hulladékok érintése után
9. Szemét érintése után

### Nem mindegy, hogyan mosunk kezet!

A kézmosás helyes lépései:

1. bevizezzük a kezünket
2. beszappanozzuk
3. megdörzsöljük, különösen a legszennyezettebb helyeken, így a tenyéren, körmök körül, ujjak között
4. leöblítjük
5. szárazra töröljük



A helyes kézmosás körülbelül 0,5-1,0 percig tart.