

ANEXA 1 - SPĂLAREA MĂINILOR PENTRU COPII

De ce să mă spăl pe mâini?



- ✓ Spălatul mâinilor este metoda cea mai eficientă de a înlătura microbii pentru a nu răspândi o mulțime de tipuri de infecții și boli.
- ✓ Spălatul mâinilor reduce microbii care se pot transfera chiar și la persoane sănătoase.
- ✓ Doar așa putem fi sănătoși

Când

spălăm mâinile

?



- ▮ Înainte și după ce gătesc



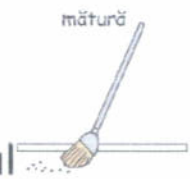
- ▮ Înainte de a mânca



- ▮ Dacă atingi obiecte murdare
- ▮ După ce ai aruncat gunoiul



- ▮ După ce ai folosit mătură, aspiratorul sau fârașul



- ▮ După ce ai folosit toaleta



- ▮ Dacă te-ai tăiat sau ai atins rana cuiva



- ▮ După ce ți-ai șters nasul



☐ Dacă ai tușit sau strănutat



☐ Dacă ai atins animaie



Cum spăi mâiniile corect?

Trebuie să frecăm mainile cu sapun cel puțin 30 de secunde



SPĂLAREA MĂINILOR

 	<p>Porniți apa</p> <p>Udați mâinile</p>
 	<p>Frecați mâinile cu săpun</p> <p>Clătiți</p>
 	<p>Opriți apa</p> <p>Șterge-ți mâinile</p>

Cum spalam mainile?

SPALATI MAINILE DACA SUNT VIZIBIL MURDARE! ALTFEL,
DEZINFECTATI-LE

 Durata intregii proceduri: 20-30 secunde

0



Udati mainile cu apa.

1



Aplicati sapun suficient pentru a acoperi toata suprafata mainilor.

2



Frecati mainile palma peste palma.

3



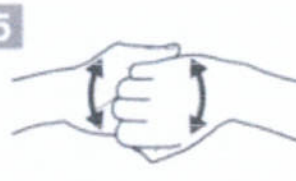
Palma dreapta peste dosul palmei stangi cu impletirea degetelor si vice versa.

4



Palma peste palma cu degetele impletite.

5



Dosul degetelor pe palma opusa, cu degetele impreunate.

6



Frecari rotative cu degetul mare stang prins in palma dreapta si vice versa.

7



Frecari rotative intr-un sens si celalalt cu degetele impreunate ale mainii dreapte, pe palma stanga si vice versa.

8



Ciatiți mainile cu apa

9



Uscati mainile cu un prosop de unica folosinta.

10



Inchideti robinetului folosind un prosop.

11



Odata uscate, procedura de spalare este terminata.



World Health Organization



Ministerul Sanatatii



Institutul National de Sanatate Publica

CNRPSS

Centrul National de Evaluare si Promovare a Starii de Sanatate