

DESINFEKCE RUKOU V 7 BODECH



DLANĚ

Dlaně se třou o sebe



HŘBETY

Pravá dlaň tře levý hřbet ruky a naopak



MEZIPRSTÍ

Dlaně k sobě, proloží se prsty a třou se mezi sebou



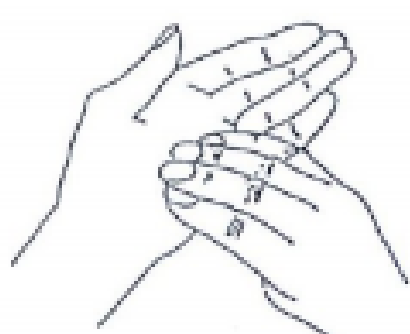
KONEČKY PRSTŮ

Dlaně s pokrčenými prsty se sepnou do sebe



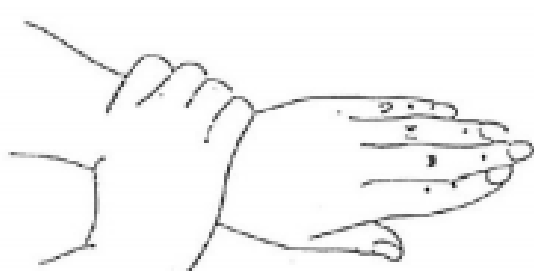
PALCE

Rotační pohyb pravého palce uchopeného levou dlaní a naopak



NEHTY

Rotační pohyb spjatými prsty pravé ruky na levé dlani a naopak



ZÁPĚSTÍ

Pravá ruka tře rotačními pohyby levé zápěstí a naopak

Před každou desinfekcí si řádně umyj ruce.
Používej desinfekce na bázi alkoholu, ideálně 75%.
Nezapomínej používat i ochranné krémy.

1212

INFORMAČNÍ LINKA