

Əllərimizi düzgün yuyaq:



Əllərimizi axar təmiz su altında isladaq və kranı bağlayaq



Sonra əllərimizi sabunlayaraq bütövlükdə köpüklə örtək



Minimum 20 saniyə ərzində əllərimizin bütün hissələrini, o cümlədən üstünü, barmaqların arasını və dırnaqların dibini sabun köpüyü ilə sürtek



Su kranını açaq və əllərimizi axar su altında səliqə ilə yuyaq



Əllərimizi təmiz, quru dəsmal və ya birdəfəlik kağız dəsmal ilə qurulayaq

Su və sabun olmadıqda, minimum 70%-lik spirt əsaslı təmizləyici vasitələrdən istifadə edək.