

# 标准洗手方法

只用水冲洗没有效果  
使用洗手液正确洗手非常重要

1 把手弄湿后，取适量洗手液于掌心



洗手前摘下腕表或者戒指  
剪短指甲

2 将洗手液弄出泡沫的同时，掌心相对搓擦



3 掌心对手背，手指交叉着搓擦，交换进行



4 掌心相对，手指交叉着搓擦至指根



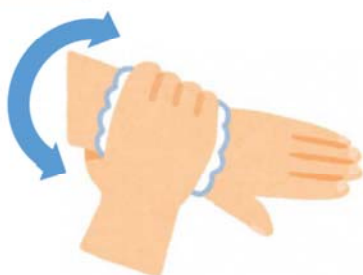
5 在掌中搓擦指尖和指甲，交换进行



6 拇指在掌中转动搓擦，交换进行



7 搓洗手腕，交换进行



8 用沾有洗手液的手，洗一下脏手触摸过的水龙头



自动水龙头不需要洗

9 用流水冲洗（手和水龙头）



10 擦手



用清洁毛巾擦干双手

11 消毒



反复洗两遍  
效果更好

## 洗手的时机

- 如厕后
- 作业内容变更时
- 清洁完毕后
- 进厨房前
- 触摸了生肉或生鱼后
- 处理完废物后
- 食品摆盘前
- 触摸了钱币后
- 触摸了脸或头部时