

TECHNIKA EFEKTYWNEGO MYCIA RĄK

(wg Ayliffe)

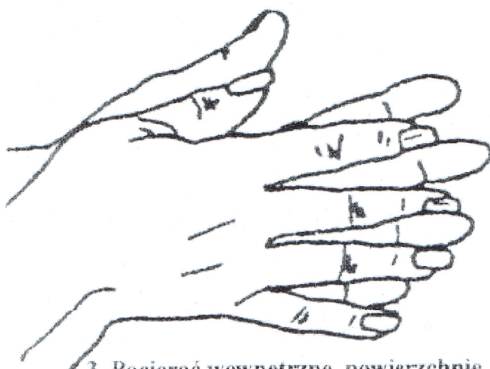
Zmoczyć ręce, dodać mydło i zastosować następującą procedurę:



1. pocierać wewnętrzne powierzchnie dłoni



2. Pocierać grzbiet dłoni lewej dłonią prawą; zmiana rąk



3. Pocierać wewnętrzne powierzchnie dłoni z przeplecionymi palcami



4. Pocierać powierzchnie zgiętych palców lewej dłoni dłonią prawą; zmiana rąk



5. Keiuk dłoni prawej pocierać ruchem obrotowym dłonią lewą; zmiana rąk



6. Złączone palce prawej dłoni pocierać ruchem obrotowym o wewnętrzną powierzchnię dłoni lewej; zmiana rąk

Każdy etap należy wykonać 5x. Czas mycia 10-15 sekund.