

## Профилактика распространения коронавирусной инфекции

Лучший способ ограничить распространение нового коронавируса - правильно **мыть руки с мылом**.

Оболочка вируса очень чувствительна к мылу и всем липидным растворителям. Правильное **мытьё рук с мылом** позволяет удалить вирус с поверхности рук.

**Мытьё рук с мылом** - казалось бы, простая задача, но многие делают это неправильно, иногда без мыла.

### Как правильно мыть руки



1 Намылить руки



2 Ладони



3 Обратную сторону ладоней



4 Между пальцами



5 Ногти



6 Большие пальцы



7 Подушечки пальцев



8 Смыть



9 Высушить

Между тем, чрезвычайно важно использовать мыло для тщательной обработки рук с целью дезинфекции

1. Смочите руки теплой водой и нанесите мыло, вспеньте его потерев ладони друг о друга.

2. Затем переплетите пальцы и потрите между пальцами. Сложите руки в замок и потрите кончики

пальцев.

3. Намыльте и потрите попеременно большие пальцы левой и правой руки.

4. Затем с внутренней стороны одной руки намыльте верхнюю часть другой и переместитесь к запястьям.

5. Тщательно промойте руки проточной водой и тщательно вытрите их (бумажным или личным полотенцем).

**Как можно чаще мойте руки с мылом не менее 20 секунд - это значительно сократит распространение не только опасного вируса, но и многих бактерий!**

**Будьте внимательны к собственному здоровью!!!**

**О Вашем здоровье заботится**

**Департамент здравоохранения и социальной помощи населению комитета по социальной политике и культуре администрации города Иркутска**