

Zakaj je pomembno umivanje rok?

Umivanje rok je pomembno, da
prekinemo verigo širjenja okužb.

Cilj umivanja rok

Je odstranitev umazanije in pre-
hodnih mikroorganizmov, ki so
se prilepili na kožo pri stiku z
osebami ali z okoljem.

Kdaj umivamo roke?

- ✓ Po uporabi robca,
- ✓ pri kihanju,
- ✓ kašljanju,
- ✓ pred jedjo,
- ✓ po uporabi stranišča...

Umivanje rok

Februar 2014



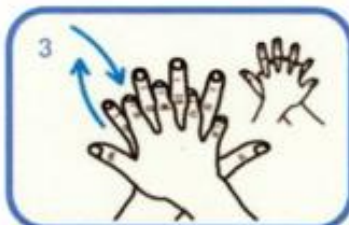
Roke zmočimo s tekočo vodo.



Nanesemo zadostno količino
tekočega mila.



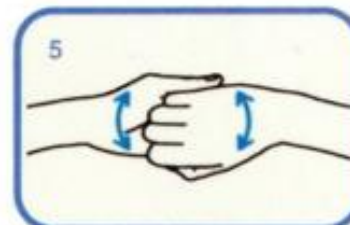
Dlan drgnemo ob dlan.



Desno dlan drgnemo ob hrbtno
stran leve roke in obratno.



Medprstne prostore drgnemo dlan
ob dlan.



Hrbtne strani prstov drgnemo ob
nasprotno dlan.



Palca krožno drgnemo.



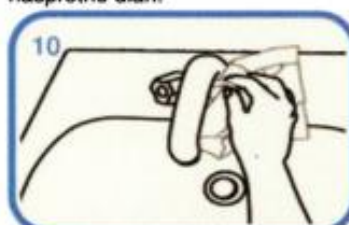
Konice prstov drgnemo krožno ob
nasprotno dlan.



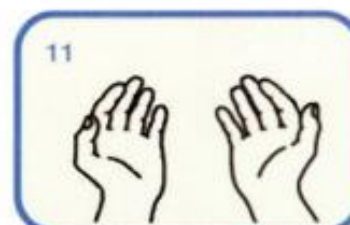
Roke speremo s tekočo vodo.



Roke osušimo z brisačo za
enkratno uporabo.



Pipo zapremo z brisačo.



Vaše roke so sedaj čiste.