

# 手洗いの効果

インフルエンザ予防のための手洗いすべきとき: WHO(世界保健機構)

手袋を外した後

患者との接触の前後

血液や体液に触れた後

トイレを使用した後

クシャミや鼻をぬぐった後

調理や食事の前

## 手洗いの方法

- ・ 石けんで泡立てながら、15秒から20秒洗う
- ・ 洗ったあとに手をしっかり乾かすことも大切
- ・ 消毒用アルコールは有効