



Soft Care



Umývanie rúk
Doba trvania celého postupu: 40-60 sekúnd



Dezinfekcia rúk
Doba trvania celého postupu: 30 sekúnd

Soft Care hygiena rúk

Postup pre správne umývanie a dezinfekciu rúk



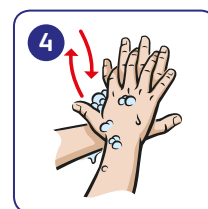
1 Umývanie rúk
Namočte si ruky.



2 Naneste dostatok mydla na celú plochu rúk.



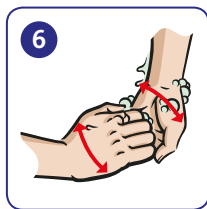
3 Rozotrite mydlo na dlane.



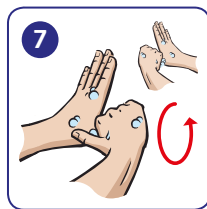
4 Pravá dlaň cez ľavú ruku s prepletenými prstami a naopak.



5 Dlaň na dlaň s prepletenými prstami.



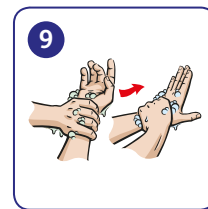
6 Rozotrite mydlo pod nechty.



7 Pošúchajte ľavý palec v pravej dlani a naopak.



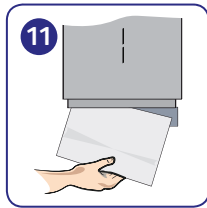
8 Rozotrite mydlo končekmi prstov pravej ruky v ľavej dlani a naopak.



9 Rozotrite mydlo po zápästie.



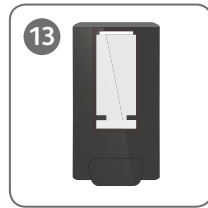
10 Dôkladne opláchnite vodou.



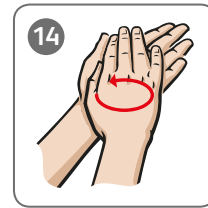
11 Osušte ruky jednorazovým papierovým obrúskom.



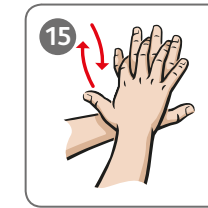
12 Obrúskom zatvorte kohútik.



13 Dezinfekcia rúk
Naneste dostatok dezinfekčného prostriedku na celú plochu rúk.



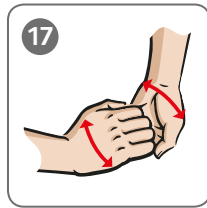
14 Rozotrite dezinfekciu na dlane.



15 Pravá dlaň cez ľavú ruku s prepletenými prstami. To isté urobte s pravou rukou cez ľavú.



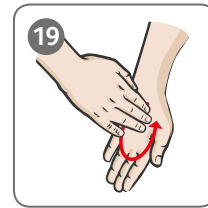
16 Dlaň na dlaň s prepletenými prstami.



17 Rozotrite dezinfekciu pod nechty.



18 Pošúchajte ľavý palec v pravej dlani a naopak.



19 Rozotrite dezinfekciu prstami pravej ruky v ľavej dlani po smere hodinových ručičiek a potom v opačnom smere. Urobte to isté prstami ľavej ruky v pravej dlani.