

Postupak pranja ruku

Trajanje celog postupka: > 90 sek.



1 Nakvasite ruke vodom...



2 ... i nanosite dovoljnu količinu sapuna da prekrije celu površinu šaka.



3 Protrljajte dlanove jedan o drugi...



4 ... prelazite unutrašnjim delom desne preko spoljašnjeg dela leve šake sa isprepletanim prstima i obrnuto...



5 ... protrljajte dlanove jedan o drugi sa isprepletanim prstima...



6 ... trljajte spoljašnje površine prstiju o unutrašnjost šaka suprotnih ruku sa isprepletanim prstima...



7 ... kružno trljajte levi palac koji hvatate desnom šakom i obrnuto...



8 ... kružno trljajte napred i nazad savijenim prstima desne šake preko leve šake i obrnuto.



9 Isperite ruke vodom...



10 ... temeljno osušite ubrusom za jednokratnu upotrebu...



11 ... koristite ubrus da zatvorite vodu...



12 ... kada se osuše, vaše ruke su bezbedne.