

# شیوه ی شستن دست

شستن درست دست حد اقل 20 ثانیه وقت لازم دارد.

اطمینان یابید که پشت دستان شما هم شسته شود.



5

با آب و صابون دست خود را بشویید و اطمینان یابید که کف و پشت دستان شما را کاملاً پوشش دهد.



1

همه اطراف مچ دست خود را صابون مالی کنید.



6

کف دستان صابونی خود را به هم بمالید.



2

دستان خود را زیر آب جاری (شیر باز) آب بکشید.



7

با صابون بین انگشتان خود را بشویید.



3

دستان خود را کاملاً خشک کنید.



8

جلو و پشت شست دست خود را در نظر داشته باشید.



4