**ПАМЯТКА**

**Как следует правильно мыть руки?**

**Шаг 1.** Намочите руки проточной водой.

**Шаг 2.** Нанесите на мокрые руки достаточное количество мыла.

**Шаг 3.** Потирая руки друг о друга, помойте все поверхности рук, включая тыльную сторону ладони, пространство между пальцами и под ногтями, на протяжении минимум 20 секунд.

**Шаг 4.** Тщательно ополосните руки под проточной водой.

**Шаг 5.** Высушите руки чистым тканевым или одноразовым полотенцем.

Часто мойте руки, особенно перед едой, после сморкания, кашля или чихания и посещения туалета.

В случае недоступности мыла и воды используйте спиртосодержащее антисептическое средство для рук с содержанием спирта не менее 60%. Всегда мойте руки с мылом и водой при видимом загрязнении рук.