



感染予防の基本は手洗いから



石鹸を泡立てながら、15秒以上もみ洗いしましょう。

1 石鹸を泡立て、手のひらをよくこする



2 手の甲をのぼすようにこする



3 指先・ツメの間を念入りにこする



4 指の間を洗う



5 親指と手のひらをねじり洗いする



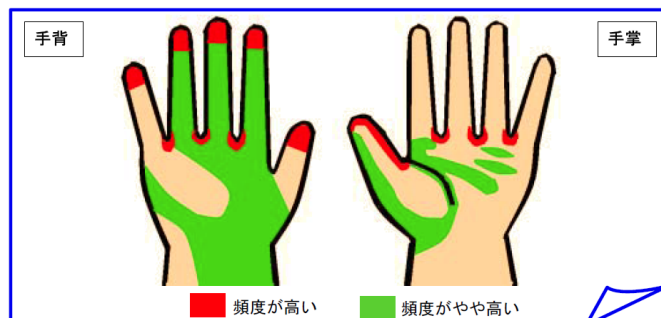
6 手首も忘れずに洗う



石鹸を洗い流し、きれいなペーパータオルか清潔なタオルで拭きましょう。

洗い残しが多いのは、こんなところ！

- 指先
- 指の間
- 親指の周り
- 手首
- 手のしわ



出典：日本環境感染学会監修 病院感染防止マニュアル(2001)