

Hygiène des mains

Désinfecter à l'alcool

Exigences de base :

- ongles propres et coupés courts (pas d'ongles artificiels ni de vernis),
- pas de bijoux aux mains ni aux avant-bras (bagues, montres, bracelets...).

Nettoyer à l'eau et au savon



1 Appliquez sur vos mains une quantité généreuse d'alcool et frottez comme suit :

30
sec.



60
sec.



1 Humidifiez vos mains avec de l'eau, appliquez-y une quantité généreuse de savon liquide et frottez comme suit :



2 Paume contre paume.



3 Paume sur le dos de la main opposée en écartant les doigts (gauche et droite).



4 Paume contre paume en entrelaçant les doigts.



7 Mouvements rotatifs du haut des doigts dans la paume de l'autre main (gauche et droite).



6 Prenez le pouce avec la paume de l'autre main et frottez (gauche et droite).



5 Dos des doigts dans la paume de l'autre main et mouvements de va-et-vient.



8 Rincez soigneusement vos mains à l'eau.



9 Séchez-vous les mains à l'aide d'une serviette jetable.



10 Fermez le robinet avec la serviette jetable.



8 Essayez complètement vos mains Elles sont désinfectées.



11 Vos mains sont nettoyées.