

IGIENE DELLE MANI: QUANDO E COME

Rev 03 del 15/04/2025

COME LAVARSI LE MANI CON ACQUA E SAPONE?

Lava le mani con acqua e sapone soltanto se visibilmente sporche! Altrimenti, scegli la soluzione alcolica!

Durata dell'intera procedura: 40 - 60 secondi



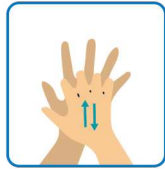
Bagna le mani con l'acqua



Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



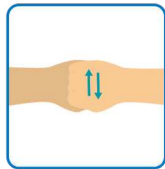
Friziona le mani palmo contro palmo



Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



Palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



Dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



Frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



Risciacqua le mani con l'acqua



Asciuga accuratamente con una salvietta monouso, usa la salvietta poi per chiudere il rubinetto



Una volta asciutte le tue mani sono sicure

COME FRIZIONARE LE MANI CON LA SOLUZIONE ALCOLICA?

Usa la soluzione alcolica per l'igiene delle mani!

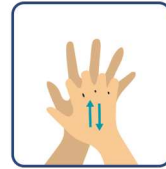
Durata dell'intera procedura: 20 - 30 secondi



Versare nel palmo una quantità di soluzione sufficiente per coprire la superficie delle mani



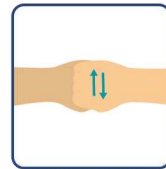
Friziona le mani palmo contro palmo



Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



Palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



Dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



Frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



Una volta asciutte le tue mani sono sicure

5 MAGGIO 2025 | GIORNATA MONDIALE DELL'IGIENE DELLE MANI

IGIENE DELLE MANI: QUANDO E COME



MANI PULITE SONO MANI PIU' SICURE

L'igiene delle mani è importante e rispettare **semplici principi** aiuta te e le persone con cui entri in contatto

collaboriamo insieme...

le mani sono un ricettacolo di germi



Il tuo contributo e' indispensabile...

le infezioni sono un problema sanitario che coinvolge sia il cittadino sano che malato

Lava le mani con acqua e sapone, se non hai a disposizione un lavandino friziona le mani con un gel alcolico

RICORDA:

- è importante lavarsi le mani con **acqua e sapone** o frizionarle con **soluzione alcolica**
- quando sei in ospedale evita di indossare **monili e orologi** se assisti un familiare, sono ricettacolo di microrganismi
- se utilizzi dei **guanti** per assistere il tuo familiare, lava o friziona le mani, sia prima di indossarli che dopo il loro utilizzo, i guanti non proteggono dalla trasmissione di infezioni
- ricorda a chi ti circonda di **lavarsi le mani**
- i germi non sono solo **ospedalieri** ma anche **comunitari**

È IMPORTANTE ABITUARSI A LAVARSI LE MANI

- prima di **preparare da mangiare**
- prima di **mangiare**
- prima e dopo essere stati **vicini a qualcuno che è malato**
- dopo essere andati in **bagno**
- dopo aver cambiato il **pannolino** a un bambino
- dopo aver **starnutito** o dopo essersi **soffiati il naso**
- dopo aver toccato un **animale**
- dopo essere stati al **supermercato**
- dopo aver frequentato **luoghi affollati** o di **aggregazione**

Essere attenti all'igiene delle mani vuol dire avere a cuore la propria salute e quella degli altri