

# 标准洗手方法

只用水冲洗没有效果  
使用洗手液正确洗手非常重要

<p><b>1</b> 把手弄湿后，取适量洗手液于掌心</p>  <p>洗手前摘下腕表或者戒指 剪短指甲</p>	<p><b>2</b> 将洗手液弄出泡沫的同时，掌心相对搓擦</p> 	<p><b>3</b> 掌心对手背，手指交叉着搓擦，交换进行</p> 
<p><b>4</b> 掌心相对，手指交叉着搓擦至指根</p> 	<p><b>5</b> 在掌中搓擦指尖和指甲，交换进行</p> 	<p><b>6</b> 拇指在掌中转动搓擦，交换进行</p> 
<p><b>7</b> 搓洗手腕，交换进行</p> 	<p><b>8</b> 用沾有洗手液的手，洗一下脏手触摸过的水龙头</p>  <p>自动水龙头不需要洗</p>	<p><b>9</b> 用流水冲洗（手和水龙头）</p> 
<p><b>10</b> 擦手</p>  <p>用清洁毛巾擦干双手</p>	<p><b>11</b> 消毒</p> 	<p>反复洗两遍 效果更好</p>

## 洗手的时机

- 如厕后
- 进厨房前
- 食品摆盘前
- 作业内容变更时
- 触摸了生肉或生鱼后
- 触摸了钱币后
- 清洁完毕后
- 处理完废物后
- 触摸了脸或头部时