

손씻기 단계

세균의 확산을 막고 자신과 타인이 병에 걸리지 않도록 하십시오.



1. 따뜻한 물로 손을 적시십시오.



2. 비누를 거품내어 손에 묻히세요. 비누가 세균이 손에 들러붙기 위해 필요한 기름을 제거합니다.



3. 손을 20초 이상 깨끗이 문지르십시오. 손목, 손바닥, 손가락 사이, 손톱 밑, 손등을 깨끗이 구석구석 문지르십시오. 비누와 문지름을 통해 세균을 손에서 떼어낼 수 있습니다.



4. 따뜻하고 흐르는 물에 손을 철저히 씻으십시오.



5. 깨끗한 수건이나 종이 타월로 손을 완전히 말리십시오. 손의 건조가 끝나면 수건으로 수도꼭지를 잠그십시오. 종이 타월은 버리십시오.

만일 비누와 물을 구할 수 없는 경우, 알코올 성분이 들어간 손 소독제를 사용하십시오. 알코올 성분의 소독제는 보통 젤이나 세정티슈로 구하실 수 있습니다. 제품의 알코올 성분이 60% 이상인지 확인하십시오.

알코올 기반 손 소독제를 사용할 때:

- 양손을 젤이나 세정티슈를 이용해 닦으십시오.
- 양손이 마른 느낌이 들때까지 30초 동안 손을 문지르십시오.