



«Чистые руки — залог здоровья»

Под таким девизом в Поставах и районе проходит информационно-образовательная акция по профилактике острых кишечных инфекций.

Мытье рук с мылом является одним из самых простых, доступных и эффективных способов предотвращения острых кишечных инфекций и других заболеваний и поэтому является одной из важных составляющих личной гигиены каждого человека.

Санитарно-эпидемиологическая служба Министерства здравоохранения Республики Беларусь в соответствии с рекомендациями в соответствии с рекомендациями ВОЗ предлагает придерживаться **5 простых шагов при мытье рук, чтобы сохранить свое здоровье** :

1. Смочите руки теплой, по возможности, водой и намылите их (или нанесите небольшое количество жидкого мыла (более предпочтительно) размером с горошину.

2. Трите руки до тех пор, пока мыло не вспениться, уделяя внимание пальцам, коже между пальцами и под ногтями.

3. Продолжайте тереть руки еще 15 секунд.

4. Смойте мыло под проточной водой.

5. Высушите руки при помощи бумажного полотенца, также используйте бумажное полотенце, чтобы закрыть кран или если необходимо открыть дверь туалетной комнаты.

Если вы соблюдаете личную гигиену и часто моете руки, не всегда такие правила соблюдают окружающие люди, которые дотрагиваются до тех же предметов, что и вы, например, в транспорте, магазинах, на работе.

В целях воспитания привычек, направленных на выполнение правил личной гигиены и профилактику инфекционных заболеваний В УЗ «ОДРОЦ «Ветарзь» прошла акция «Чистые руки» специалисты ГУ «Поставский центр гигиены и эпидемиологии» напомнили в игровой форме о необходимости **мыть** руки, правильно готовить и хранить пищевые продукты, соблюдать чистоту в доме. А для того чтобы представить как выглядят микробы на наших руках, для детей был организован просмотр в микроскоп смывов с грязных рук человека. Всем участникам акции были вручены памятные закладки «Чистые руки- залог здоровья».

Фельдшер-валеолог
ГУ «Поставский райЦГЭ»
Слободянюк Н.С

