



El Hijyeni

COVID-19 SALGINI BOYUNCA

EL YIKAMA, HASTALIĞIN YAYILMASINI ÖNLEMELİK İÇİN YAPABİLECEĞİNİZ EN ÖNEMLİ ŞEYDİR

Ne zaman?

- 1. Düzenli olarak
- 2. Burnunuzu temizledikten, öksürdükten veya hapşırdıktan sonra
- 3. Tuvaleti kullandıktan sonra
- 4. Yemek hazırlama ve yeme öncesi, sırasında ve sonrasında
- 5. Evde hasta olan birine bakmadan önce ve sonra
- 6. Eşyaları tuttuktan ve yüksek temas yüzeylerine dokunduktan sonra
- 7. Kirli çamaşırları kullandıktan sonra
- 8. Evden geldikten sonra veya işten ayrılmadan önce

Nasıl?

1.



Ellerinizi iyice durulayın

2.



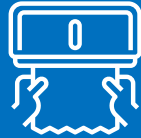
Sabun Kullanın

3.



20 saniyeden uzun süre köpürterek yıkayın

4.



Kağıt havlu veya hava ile kurulayın

veya



Sabun ve su yoksa, alkol bazlı bir dezenfektan uygulayın