



## 用肥皂洗手的关键时刻



1

吃饭前



2

上完厕所后

## 六步洗手法

“揉搓时双手交替进行，整个揉搓时间不应少于20秒。”



1

润湿手部，打上肥皂或洗手液，两手掌心相对，手指并拢相互揉搓。



2

手心对手背沿指缝相互揉搓。



3

掌心相对，手指交叉沿指缝相互揉搓。



4

一只手握着另一只手大拇指旋转揉搓。



5

弯曲各手指关节，在另一只手的掌心旋转揉搓。



6

揉搓手腕，并将手彻底冲洗干净。

我们的手，我们的未来!