

HANDHYGIENE

God handhygiene fjernar bakteriar og virus og hindrar smittespreiing.

NÅR?



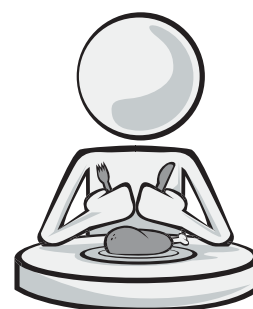
Etter toalett-
besøk



Etter å ha
pussa nasen
eller hosta/nyst
i hendene



Når hendene er
skitne eller tilgrisa



Før du skal ete
eller handterer
mat

Dersom du sjølv er sjuk eller i kontakt med sjuke, må du vere ekstra merksam på handhygien.

KORLEIS?



Vask hendene med såpe og rennande,
lunka vatn. Tørk godt av med tørkepapir.
Bruk papiret til å stenge krana.

ELLER



Dersom hendene IKKJE er synleg
tilgrisa, kan du også bruke
alkoholbasert handdesinfeksjon.