

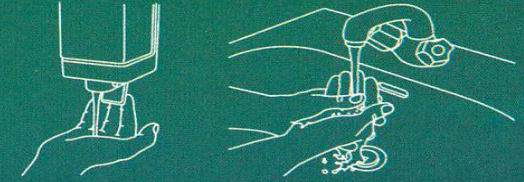
مهمترین راه پیشگیری از بیماریها شستن دست ها می باشد.

با آموزش شستن صحیح دست به
کودکان خود از ابتلا آنها به بیماری
پیشگیری کنیم.

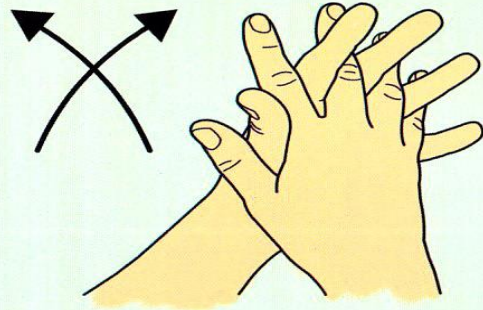


شستشو و خشک کردن دستها

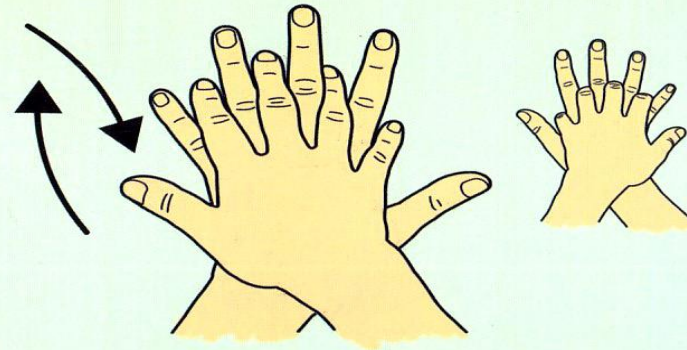
دستها را خیس نموده، مایع شوینده را بروی آنها بریزید، شش مرحله ذکر شده را انجام دهید. پس از شستشو، دستها را با دستمال کاغذی خشک کنید، از خشک کن برقی استفاده نکنید. برای جلوگیری از خشکی پوست بطور مرتب از مواد مرطوب کننده استفاده کنید. ناخنها را پاکیزه و کوتاه نگهدارید.



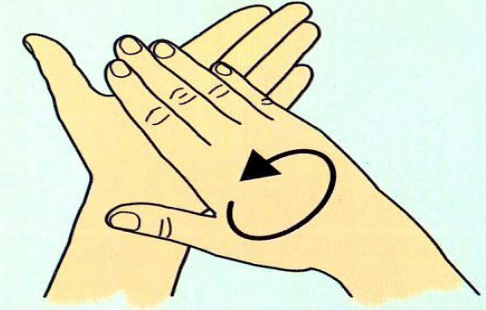
۳ انگشتان را در هم کرده و کف دستها را بهم بمالید.



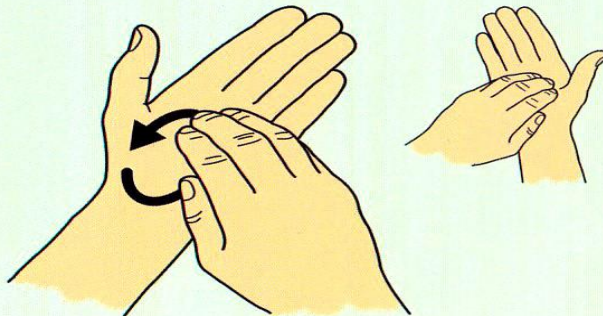
۲ کف دست راست را بروی پشت دست چپ بمالید. عکس همین کار را با دست دیگر انجام دهید.



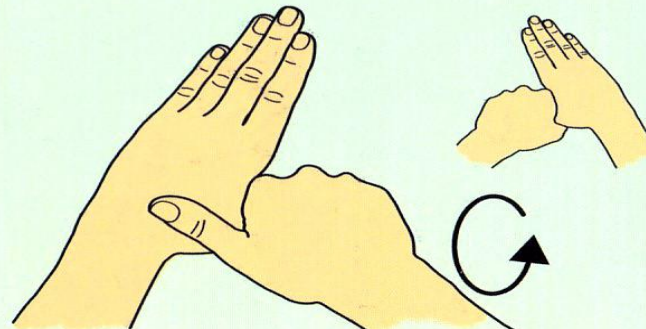
۱ کف دستها را بهم بمالید.



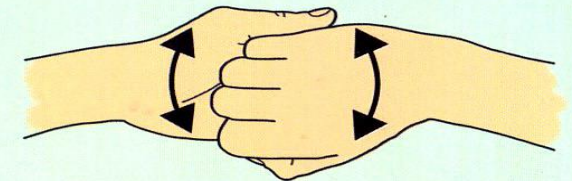
۶ انگشتان دست راست را جمع کرده، به صورت چرخشی به همه کف دست چپ بکشید، عکس همین کار را با دست دیگر انجام دهید.



۵ شست دست چپ را با دست راست بمالید. عکس همین کار را با دست دیگر انجام دهید.



۴ پشت انگشتان را به کف دست دیگر چفت کنید و بهم بکشید.



شستشوی صحیح دستها = پیشگیری از عفونت