

# Cum dezinfectam mainile?

**O BUNA IGIENA IMPLICA DEZINFECTIA! IN PREALABIL, SPALATI MAINILE DACA SUNT VIZIBIL MURDARE**

**🕒 Durata intregii proceduri: 20-30 secunde**

**1a**



Aplicati produsul dezinfectant in palma acoperind toata suprafata.

**1b**



**2**



Frecati mainile palma peste palma.

**3**



Palma dreapta peste cea stanga cu impletirea degetelor si vice versa.

**4**



Palma peste palma cu degetele impletite.

**5**



Dosul degetelor pe palma opusa cu degetele impleunate.

**6**



Frecari rotative cu degetul mare stang prins in palma dreapta si vice versa.

**7**



Frecari rotative intr-un sens si celalalt cu degetele impleunate ale mainii dreapte, pe palma stanga si vice versa.

**8**



Odata uscate, mainile sunt dezinfectate.



World Health  
Organization



Ministerul Sanatatii



Institutul National de  
Sanatate Publica

**CNEPSS**

Centrul National de Evaluare si  
Promovare a Starii de Sanatate.