

QUY TRÌNH RỬA TAY CỦA TRẺ

Trẻ em thường hiếu động và mãi mê vui chơi nên việc vệ sinh cá nhân, đặc biệt là rửa tay thường rất ít được chú ý thực hiện cho dù cha mẹ căn dặn nhiều lần.



Hướng dẫn bé tự rửa tay sạch để phòng dịch bệnh



Nhưng rửa tay bằng xà phòng thôi không đủ mà phải rửa đúng cách theo 6 bước thì mới đạt được hiệu quả cao trong việc diệt trừ các vi sinh vật và vi khuẩn gây bệnh.

QUY TRÌNH RỬA TAY CỦA TRẺ

Bước 1: Làm ướt hai bàn tay bằng nước sạch. Thoa xà phòng vào lòng bàn tay. chà xát hai lòng bàn tay vào nhau.

Bước 2: Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuốn và xoay lần lượt từng ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 3: Dùng lòng bàn tay này chà xát chéo lên mu bàn tay kia và ngược lại.

Bước 4: Dùng đầu ngón tay của bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 5: Chụm 5 đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoay đi, xoay lại.

Bước 6: Xả cho tay sạch hết xà phòng dưới nguồn nước sạch. Lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.

Rửa tay đúng cách là “liều vắc xin tự chế” hữu hiệu, đơn giản và tiết kiệm nhất để phòng chống dịch bệnh

Theo công văn số 7517/BYT-ĐTtr của Bộ Y tế đã ban hành về quy trình rửa tay thường quy

QUY TRÌNH RỬA TAY 6 BƯỚC CỦA BỘ Y TẾ



Bơm 3 - 5ml dung dịch vào lòng bàn tay



1
Chà hai lòng bàn vào nhau



2
Chà lòng bàn tay này lên mu bàn tay kia và ngược lại



3
Chà 2 lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các ngón tay vào các kẽ ngón tay



4
Chà mặt ngoài các ngón tay của bàn tay này vào lòng bàn tay kia



5
Chà ngón tay cái của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại



6
Chà các đầu ngón tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại

- Từ bước 1 đến bước 6:
Thực hiện mỗi bước 5 lần

- Làm ướt tay trước khi sử dụng. Rửa lại tay bằng nước sạch và lau khô.

Thời điểm nào cần phải rửa tay?



Luôn luôn rửa tay trước khi:

- Khi ăn uống
- Chuẩn bị hoặc chế biến thực phẩm
- Điều trị vết thương hoặc chích thuốc
- Chạm vào người bệnh, người bị thương, vết thương
- Đeo hoặc gỡ kính áp tròng

Luôn luôn rửa tay sau khi:

- Chuẩn bị thức ăn, đặc biệt là nguyên liệu thô
- Sử dụng nhà vệ sinh
- Chạm vào động vật, đồ chơi, dây xích, chất thải
- Xì mũi, ho hoặc hắt hơi vào tay của bạn
- Chạm vào người bệnh hay vết thương
- Khi xử lý rác thải hoặc một cái gì đó bị ô nhiễm như giẻ lau hoặc giày bẩn
- Rửa tay bất cứ lúc nào bạn thấy bẩn

Rửa tay đúng cách là biện pháp đơn giản nhưng mang đến nhiều lợi ích ngăn ngừa bệnh tật. Xây dựng thói quen vệ sinh tay đúng cách ngay hôm nay các con nhé!