

all4nails

RICHTIGES HÄNDEWASCHEN

Händewaschen ist einfach! Um Schmutz zu entfernen trifft diese Aussage sicherlich zu. Jedoch für einen Schutz vor Keime, Bakterien und Viren sollten einige wichtige Fakten berücksichtigt werden.

Oft werden hierfür die Hände beispielsweise nicht ausreichend lange eingeseift und Handrücken, Daumen und Fingerspitzen vernachlässigt.



Halten Sie die Hände zuerst unter fließendes Wasser. Die Temperatur können Sie so wählen, dass sie angenehm ist.



Nehmen Sie genug Flüssigseife auf und seifen Sie nun die Hände gründlich ein. Handinnenflächen, Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume und Daumen sowie Handgelenke sollten hierbei eingeseift werden. Denken Sie auch an die Fingernägel!



Reiben Sie die Seife an allen Stellen sanft ein. Gründliches Händewaschen dauert 20 – 30 Sekunden.



Nun werden die Hände unter fließendem Wasser abgespült.



Zum Abtrocknen werden grundsätzlich nur Papierhandtücher verwendet.