



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران
معاونت غذا و دارو



راهنمای ضد عفونی و شستشوی دست ها

دست هایتان را با آب و صابون بشوید.



دست ها را خیس کنید



کمی صابون مایع به کف دست ها بزنید و مالش دهید
تا کف صابون به همه نقاط دست برسد



کف را به بالا و پشت دست برسانید
و خوب مالش دهید



مطمئن شوید کف صابون به لای انگشتان برسد



از شستن زیر ناخن ها غافل نشوید



شستن، شست را فراموش نکنید



چین و چروک کف دست را
به خوبی با کف صابون مالش دهید



دست ها را با دستمال یک بار مصرف خشک کنید

در صورت عدم دسترسی به آب و صابون از ژل ها و محلول های ضد عفونی کننده الکلی استفاده نمایید.

نحوه تهیه الکل ۷۰ درجه برای ضد عفونی

با توجه به این که الکل طبی موجود در بازار دارای غلظت ۹۶ درجه میباشد، برای تهیه الکل ۷۰ درجه بایستی به ازای هر ۳ سهم الکل یک سهم آب مقطر یا آب جوشیده سرد اضافه نمود .

به ازای ۳ پیمانه الکل طبی ۹۶ درصد یک پیمانه آب به آن اضافه شود.

معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران

بهترین غلظت برای میکروب کشی با الکل، غلظت ۷۰ درجه است.

