

洗手守则

人的手是病原微生物的“搬运工”，病原微生物会引起食物中毒。由操作人员的手指引起的食品污染是食物中毒的主要原因之一。为了避免食物中毒，让我们在正确的时候用正确的方法洗手吧。

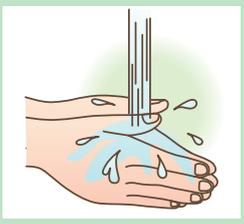
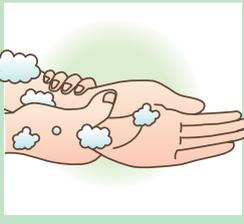


洗手的时间

- ①进入作业之前、作业改变时
- ②休息后（上厕所、进食等）
- ③触摸了用过的抹布时
- ④接触了毛发或脸部时
- ⑤打扫后或接触了垃圾箱时
- ⑥接待客人时或其后（接电话等）

洗手前的准备

- 是否已将指甲剪短？
- 有无涂指甲油？
- 是否已将手表或指环取下？

<p>1</p> <p>用水将整个手淋湿</p> 	<p>2</p> <p>将洗手液放在手中</p> 	<p>3</p> <p>清洗手掌、指腹面</p> 
<p>4</p> <p>清洗手背、手指背面</p> 	<p>5</p> <p>清洗指间、指根部</p> 	<p>6</p> <p>清洗大拇指、大拇指的指根部</p> 
<p>7</p> <p>清洗指尖</p> 	<p>8</p> <p>清洗手腕</p> 	<p>9</p> <p>用流水冲洗</p> 
<p>10</p> <p>用纸巾将水分完全擦干</p> <p>毛巾等物应不要共用</p> 	<p>11</p> <p>将酒精制剂放在手中</p> <p>直接在指甲盖内·指甲周边涂上消毒液后，仔细揉搓至手指整体</p> 	

2次清洗效果更好 ②~⑨重复2次 通过2次清洗将细菌和病毒等冲洗干净吧。

注意

- 如果有水分残留，那么酒精除菌的效果就会不充分。应将水分完全擦干。
- 为了防止手部的反复污染，关闭水龙头时应使用纸巾。
- 如果使用指甲刷，要将指甲刷清洗干净后进行保管。



污垢容易残留的部位

- 指尖
 - 手指之间
 - 拇指周围
 - 手腕
 - 手中折皱
- 