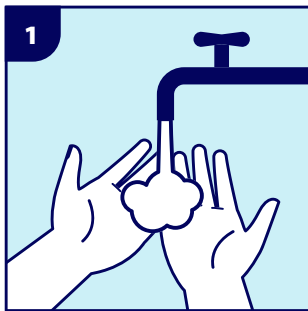


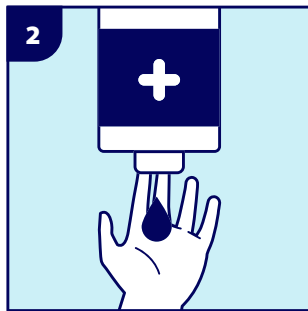
# 如何洗手

手明显脏时要洗手！ 否则，可使用免洗消毒洗手液。

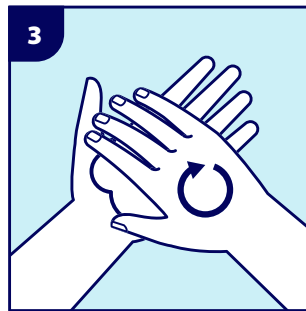
 整个过程持续时间：40-60 秒



用流动水将双手淋湿。



取适量皂液均匀涂抹到  
双手表面。



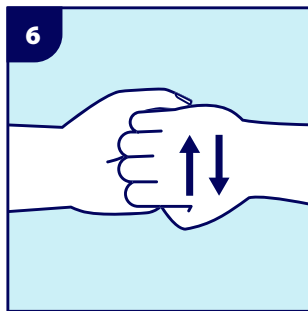
掌心相对，搓洗双手；



右手掌心放于左手背上，  
手指交叉搓洗，  
然后双手交换进行；



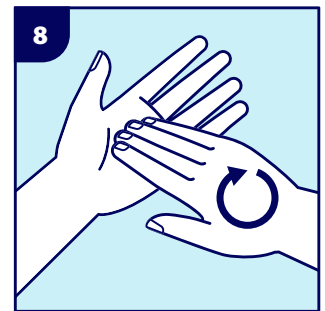
掌心相对，手指交叉  
搓洗；



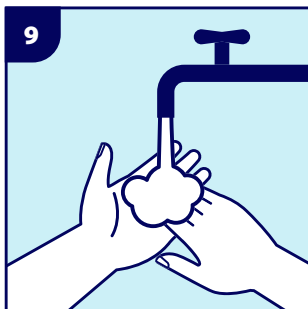
将一只手弯曲呈空拳状，  
指背对着另一只手的掌心，  
手指交叠搓洗；



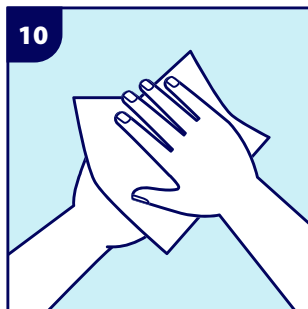
用右手掌心握住左手  
拇指，旋转搓揉，然后  
双手交替进行；



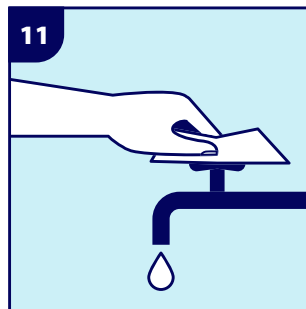
右手五指指尖并拢，  
放在左手掌心，  
来回旋转搓揉，  
然后双手交换进行。



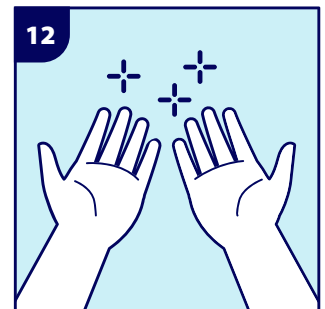
用流动水冲净双手。



用一次性纸巾彻底  
擦干双手。



用纸巾关闭水龙头。



现在，双手安全卫生了。



DOH 420-428 July 2022 Simplified Chinese

如欲索取本文件的其他版本格式，请致电 1-800-525-0127。耳聋或重听人士请拨 711 (Washington Relay) 或发送电子邮件至 [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)。

本文件为 "How to Handwash? United States: World Health Organization (WHO); 2009. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO" 文章的改编版。本改编版并非由 WHO 编写。WHO 对本改编版的内容或准确性不承担任何责任。原版应为具有约束力的正版。"