

“ล้างมืออย่างไร ให้สะอาด”

ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ 7 ขั้นตอน ทุกขั้นตอนทำ 5 ครั้ง

สลับกันทั้ง 2 ข้าง



ล้างมือบ่อยครั้ง หยุดยั้งเชื้อโรค

- หลังไอ จาม หรือสัมน้ำมูก
- หลังการขับถ่าย
- ก่อนและหลังการเตรียมหรือปรุงอาหาร
- ก่อนรับประทานอาหาร
- ก่อนและหลังการสัมผัสผู้ป่วย
- หลังการสัมผัสสัตว์ทุกชนิด

