



ЧИСТЫЕ РУКИ спасут жизнь

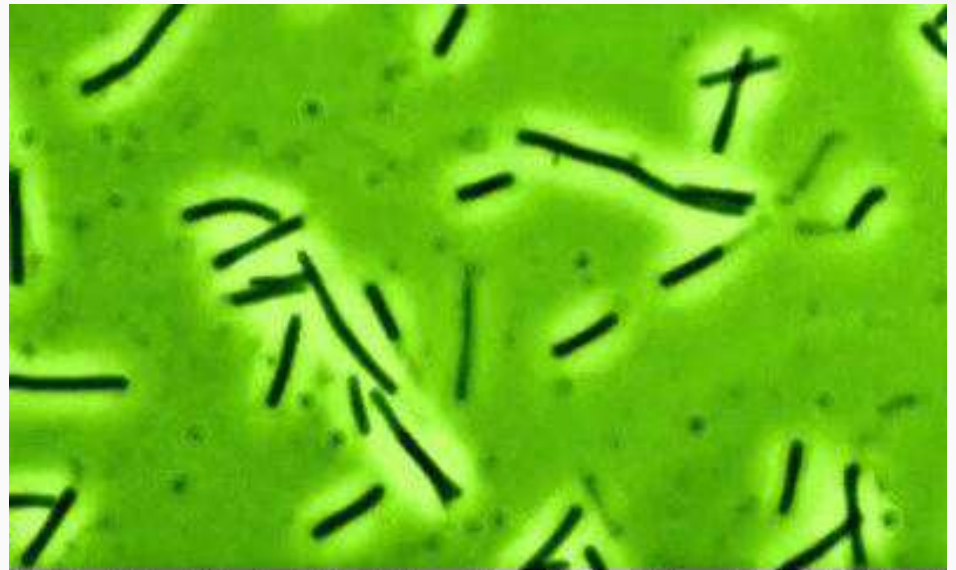


- **Каждый из нас еще с детских лет знает, что надо мыть руки перед едой, после возвращения домой с улицы...**
- **Но многие не делают этого или делают неправильно!**
- **Для чего это нужно делать и как?**



Зачем мыть руки?

- На руках человека живет около 1500 бактерий и вирусов на одном квадратном сантиметре!



Существует множество заболеваний, которых запросто можно избежать, если всего-навсего помыть руки.

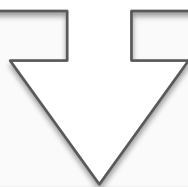
**КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ
или
болезни грязных рук...**

**ВИРУСНЫЕ
РЕСПИРАТОРНЫЕ
ИНФЕКЦИИ**



КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

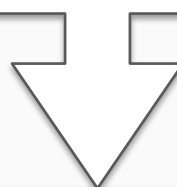
вирусы



**Чаще болеют
в зимне - весеннее время**



бактерии



**Чаще болеют
в летне-осеннее время**

Таким образом, кишечные инфекции «сопровождают» нас на протяжении всего года.



**Даже самые привычные
вещи могут быть факторами передачи кишечных
инфекций...**

Необходимо знать, что возбудители инфекций устойчивы во внешней среде

Возбудитель сальмонеллёза
переживает в воде до
5 месяцев

Вирусы
сохраняют
жизнеспособность
при низкой
температуре
несколько лет

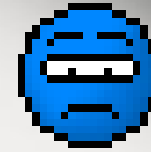
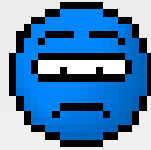
Возбудители дизентерии
выживают на посуде
до 30 дней, на белье – до 36 дней,
на бумаге - до 60 дней.

???



Как же происходит распространение инфекции?

Больной или носитель инфекции

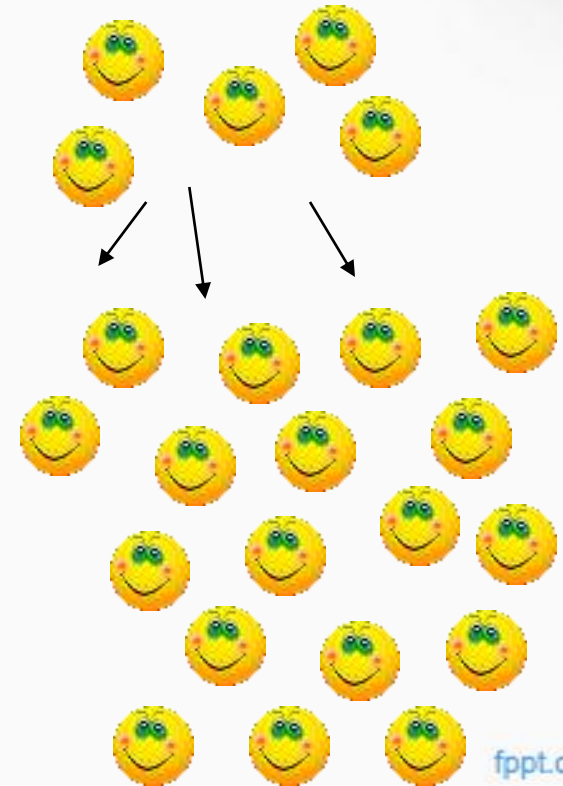
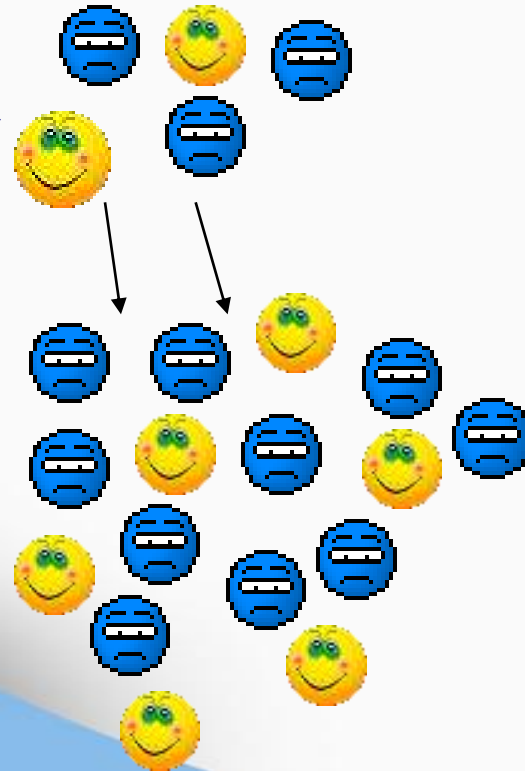


Нарушает правила личной гигиены

Соблюдает правила личной гигиены

Семья

Коллектив



Просмотр видеороликов:

- Про микробы;
- Как правильно мыть руки.



Правило №1 ГИГИЕНА РУК

Если бы микроорганизмы были таких размеров – это выглядело бы так!



соблюдение мероприятий по гигиене рук было бы 100%



Но к сожалению, это не так!
Тогда в чём же проблема?

Например размеры вирусных частиц — измеряются в нанометрах, т.е. 10^{-9}

Когда следует мыть руки?



- после прихода с улицы
- перед едой
- после кашля или чихания
- после посещения туалета
- после общения с животными
- после игр и занятия спортом



МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО

1



2



3



4



5



6



7



8



9



перед едой



после общения
с животными



после посещения
туалета



после кашля
и чихания



после игр
и занятий спортом







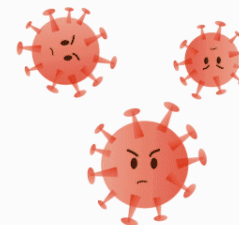






Мытье рук с соблюдением определенных правил – один из лучших способов профилактики кишечных и вирусных заболеваний, который требует только мыла и теплой воды!!

НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!



КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

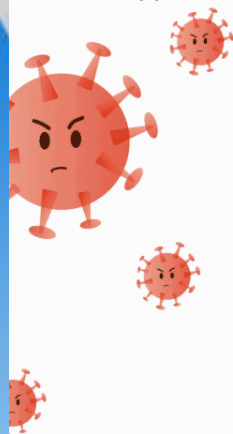
Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа. Складки маски расправлены.

ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно.

НЕЛЬЗЯ

- повторно использовать маску



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА 2019- nCoV



Помните!!!

**Кишечные и вирусные респираторные
инфекции –**

**это инфекции, которые можно
предупредить, соблюдая правила**

гигиены!



И будьте здоровы!!!