



فرایند شستشوی دستها



 ۱ دست های خود را با آب خیس کنید.	 ۲ دست ها را با مقدار مناسبی صابون آغشته کنید.	 ۳ کف دست ها را به هم مالش دهید.	 ۴ با کف دست، بین انگشتان و پشت دست مقابل را مالش دهید.
 ۵ قسمت های داخلی انگشتان را به هم مالش دهید.	 ۶ پشت انگشتان دست ها را در دست مقابل قفل کرده و کاملاً مالش دهید.	 ۷ انگشت شصت را به صورت چرخشی با دست مقابل مالش دهید.	 ۸ نوک انگشتان و زیر ناخن ها را داخل کف دست مقابل مالش دهید.
 ۹ دست ها را به خوبی آبکشی کنید.	 ۱۰ با استفاده از دستمال یکبار مصرف دست ها را خشک کنید.	 ۱۱ با استفاده از دستمال شیر آب را ببندید.	 ۱۲ ۴۰ تا ۶۰ ثانیه منتظر بمانید اکنون دست های شما پاک هستند.

فرایند ضد عفونی دستها



 ۱ دست ها را با مقدار مناسبی محلول هندراب آغشته کنید.	 ۲ کف دست ها را به هم مالش دهید.	 ۳ با کف دست، بین انگشتان و پشت دست دیگر را مالش دهید.	 ۴ قسمت های داخلی انگشتان را به هم مالش دهید.
 ۵ پشت انگشتان دست ها را در دست مقابل قفل کرده و کاملاً مالش دهید.	 ۶ انگشت شصت را به صورت چرخشی با دست مقابل مالش دهید.	 ۷ نوک انگشتان و زیر ناخن ها را داخل کف دست مقابل مالش دهید.	 ۸ پس از ۲۰ تا ۳۰ ثانیه دست های شما پاک هستند.