

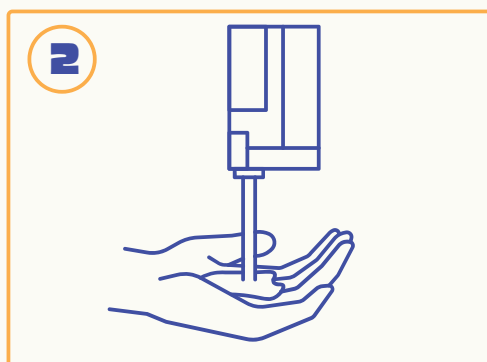
# Postup při mytí rukou

MYJTE SI POUZE VIDITELNĚ ZNEČIŠTĚNÉ RUCE, JINAK POUŽÍVEJTE DEZINFEKCI!

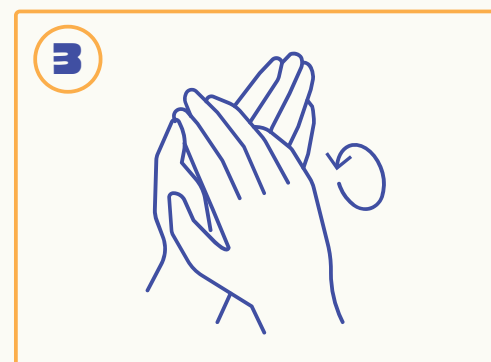
Doba trvání celé procedury: 40-60 vteřin



**1**  
Navlhčete si ruce vodou.



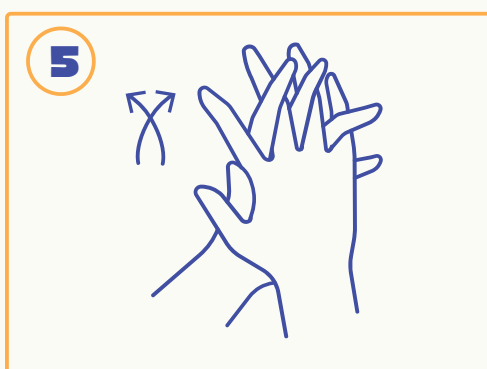
**2**  
Aplikujte dostatek mýdla na pokrytí celého povrchu rukou.



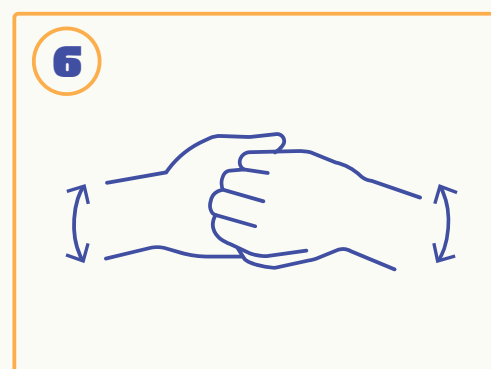
**3**  
Třete ruce dlaní o dlaň.



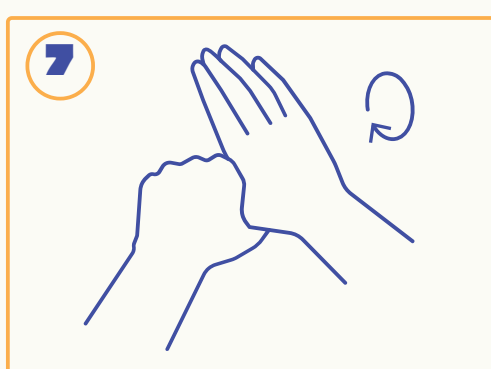
**4**  
Třete pravou dlaní o levý hřbet ruky se zaklesnutými prsty a naopak.



**5**  
Třete dlaní o dlaň se zaklesnutými prsty.



**6**  
Třete hřbety prstů o druhou dlaň se zaklesnutými prsty.



**7**  
Krouživým pohybem třete levý palec v sevřené pravé dlaní a naopak.



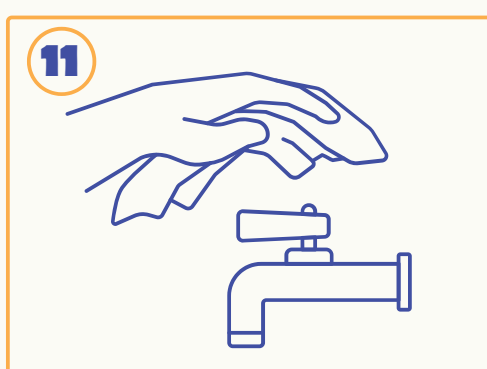
**8**  
Obousměrnými krouživými pohyby třete sevřenými prsty pravé ruky levou dlaň a naopak.



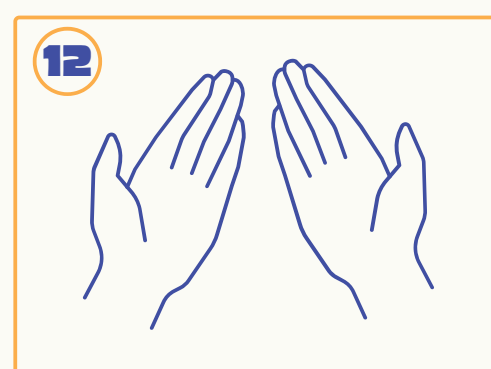
**9**  
Opláchněte si ruce vodou.



**10**  
Ruce si pečlivě osušte ručníkem na jedno použití.



**11**  
Použijte ručník k zastavení kohoutku.



**12**  
Nyní jsou vaše ruce čisté.