



Department of  
Health



# 怎样洗手

## 请用肥皂和水洗手

以下1-4的步骤需要40-60秒

**1**

清洗双手，然后  
涂抹肥皂



**2**



洗至泡沫，且至少洗20秒。  
注意手和手指的背部，指甲  
和手指间隙

**3**

用流动的水冲洗双手



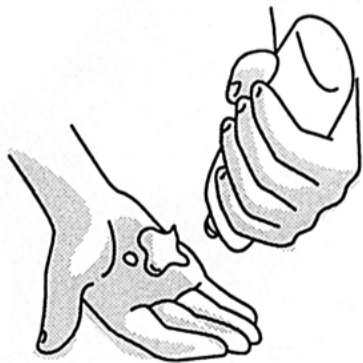
**4**

用干净的毛巾或  
纸巾擦干双手



## 免洗消毒洗手液

**1**



使用足够多的  
产品来覆盖双手

**2**

擦抹双手的所有表面



**3**

双手揉搓，至到手干