

Eller;

Yemek hazırlamadan önce,
Yemek yemeden önce ve
yemek yedikten sonra,
Özellikle kırmızı et, tavuk,
balık, yumurta gibi
pişmemiş gıdalara temas
ettikten sonra,
Bozulmuş gıda ve çöplere
dokunduktan sonra,

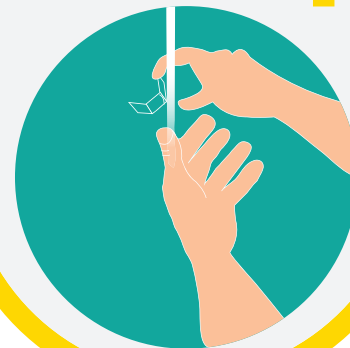
Eller;

Tuvaletten önce ve sonra,
Bebeginizin altını
temizlemeden önce ve
sonra,
Hapşırma ve öksürme gibi
üst solunum yolu salgıları
ile temas ettikten sonra,
Hastaya temas etmeden ve
temas ettikten sonra,

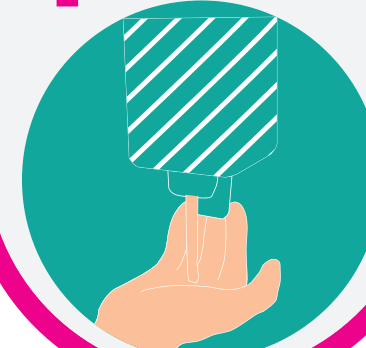
Eller;

Toplu taşıma araçları,
para alışverişi, telefon gibi
toplumda ortak kullanılan
araçların kullanımından sonra,
Kedi, köpek ve diğer tüm
hayvanlarla temas
ettikten sonra mutlaka
doğru yöntemle
yıkamalıdır.

1. Ellerinizi su ile ıslatın.



2. Ellerinizin tüm yüzeyine
yetecek miktarda sabun
alın.



3. Sabunu ellerinizin tüm
yüzeylerine dağıtarak avuç
içlerinizi iyice köpürtün.



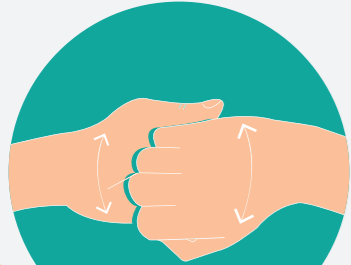
4. Sağ elinizle sol elinizin
sırtını ve parmak aralarını,
sol elinizle sağ elinizin sırtını
ve parmak aralarını ovun.



5. Parmaklarınızı birbirine
geçirerek avuç içlerinizi
karşılıklı ovun.



6. Ellerinizi kenetleyip parmak uçlarınızı ovun.



7. Sağ elinizle sol elinizin başparmağını, sol elinizle sağ elinizin başparmağını ovun.



8. Sağ elinizin parmak uçlarıyla sol avuç içinizi dairesel, ileri ve geri hareketlerle ovun ve aynı işlemi diğer elinizle de yapın.



9. Ellerinizi bol su ile durulayın.



10. Ellerinizi tek kullanımlık kağıt havlu veya temiz bir havlu ile kurulayın.



11. Kağıt havlu ile musluğu kapatın.



**ELLERİNİZ
ŞİMDİ TEMİZ**



T.C. Sağlık Bakanlığı

**BENİ
YIKA**