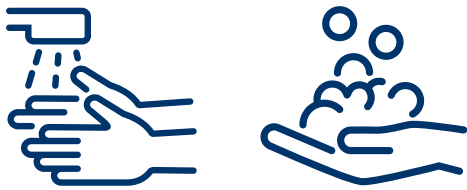


# Instructie handhygiëne

## Hoe was ik mijn handen met water en zeep



Minimaal 40-60 seconden

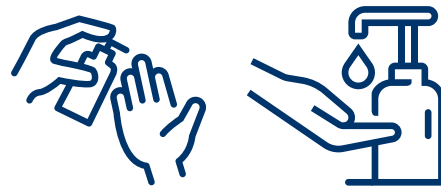


Bevochtig de handen met water en neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep.

## Hoe ontsmet ik mijn handen met handalcohol



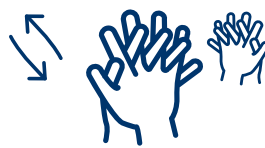
Minimaal 20-30 seconden



Neem een handvol handalcohol (ongeveer 3 ml) op droge handen.



Wrijf de handen tegen elkaar.



Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug.



Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm.



Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.



Wrijf de duim van elke hand in de palm van de andere hand.



Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in de palm van de andere hand.



Spoel de handen goed af zodat alle zeepresten verwijderd worden.



Dep de handen droog met een wegwerp-handdoekje.



Sluit de kraan met het wegwerphanddoekje zodat de handen niet opnieuw besmet raken.



Wrijf de handen droog, zodat het terugvetkend middel wordt opgenomen in de huid. Niet wapperen.