



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

**Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области
в городе Асбест и Белоярском районе»**

адрес: 624269, Свердловская область, г. Асбест, ул. Ладьженского, дом 17
тел. (34365)2-48-18, E-mail: mail_03@66.rospotrebnadzor.ru
ОКПО 77144867, ОГРН 1056603530510, ИНН/КПП 6670081969/660302001

Исх. №66-03-12/12 - 2216 -2020 от 29.10.2020г.

В СМИ

Моем руки правильно.

Процедура мытья рук в жизни ребенка должна быть своеобразным ритуалом, который повторяется изо дня в день, таким же естественным, как и одевание, купание или прием пищи. Не забывайте о небольших поговорках, которые помогут запомнить малышу, в каких случаях ручки надо вымыть, например: «руки мой перед едой», «если ты пришел домой, руки с мылом сразу мой», «быть грязнулей не годится, будем ручки мыть водицей» и так далее. Малыши очень внимательны к поведению и поступкам родителей, поэтому взрослым самим необходимо научиться мыть руки, а также обучить этим навыкам своего ребенка. Приучать малыша мыть руки необходимо с самого детства. Уже на первом году жизни, когда малыш активно познает мир, родителям в ненавязчивой форме нужно говорить о пользе воды и личной гигиене. Умывая вместе с ним личико или смывая грязь с ладошек, обязательно проговаривайте, зачем вы это делаете, что очень некрасиво и плохо, когда на коже грязь и вредные микробы, которые смогут навредить организму, вызвать болезни. А после мытья ручек акцентируйте внимание на том, как хорошо, что малыш чистый и аккуратный.

В идеале, алгоритм мытья рук должен выглядеть следующим образом:

1. Засучить рукава;
2. Открыть край с теплой водой;
3. Намочить руки;
4. Используя мыло, тщательно намылить руки до образования пены (делать это необходимо не менее 20-30 секунд, промывая каждый пальчик, межпальцевые промежутки и запястья);
5. Смыть пену теплой водой (ополаскивание должно производиться от пальчиков к запястью, при этом ладошки приподняты «ковшиком»);
6. Просушить кожу чистым полотенцем.

Помните, у каждого члена семьи должно быть индивидуальное полотенце, которое необходимо часто менять и не допускать, чтобы оно долго оставалось влажным. В период заболеваний более гигиенично пользоваться одноразовыми салфетками или полотенцами, так как обычное махровое или вафельное полотенце могут накапливать микроорганизмы, и содержать их в идеальной чистоте крайне сложно.

В конечном счете, малыш запомнит, как правильно мыть руки и в каких случаях делать это необходимо.

И.О. Главного врача Асбестовского Филиала ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской
области»

А.П. Елькина