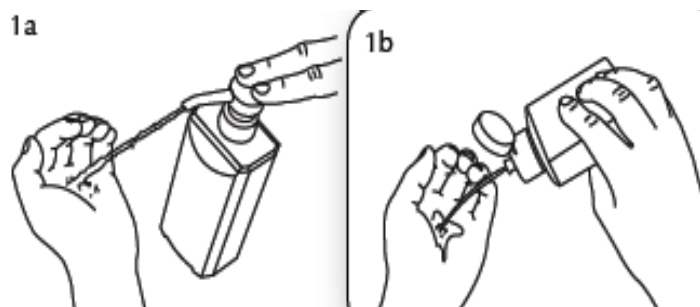


## 乾洗手液之洗手技術



拱起的手掌中放入一  
手掌的洗手液，並抹勻  
全手。

2 掌對掌搓洗。



3 右手掌對左手背，手指交叉搓洗，反之亦然。



4 掌對掌，手指交叉搓洗。



5 手指的指背對著另一手的掌面，兩手交扣搓洗。



6

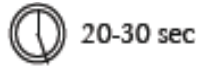


右手掌包住左手指，旋轉式搓洗，反之亦然。

7



左手掌包住右手指，前前後後旋轉式地搓洗，反之亦然。



約 20-30 秒，待手乾後，你的手就是清潔乾淨的了。



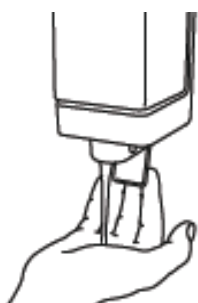
## 肥皂和清水洗手技術

0



將手潤濕。

1



取用足以抹勻雙手表面的肥皂。

2



掌對掌搓洗。

3



右手掌對左手背，手指交叉搓洗，反之亦然。

4



掌對掌，手指交叉搓洗。

5



手指的指背對著另一手的掌面，兩手交扣搓洗。

6



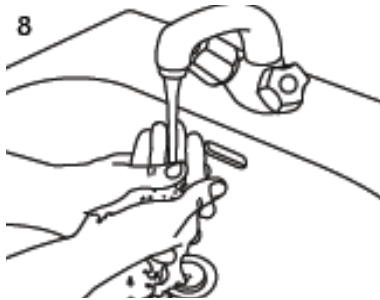
右手掌包住左手指，旋轉式搓洗，反之亦然。

7



左手掌包住右手指，前前後後旋轉式地搓洗，反之亦然。

8



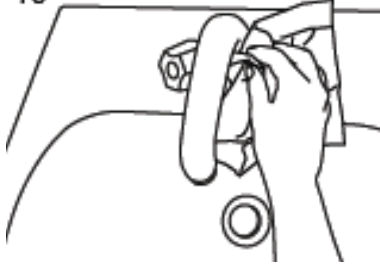
以清水清洗。

9



以拋棄式紙巾擦乾。

10



以紙巾關掉水龍頭。



40-60 sec

約40-60秒，然後你的手就是清潔乾淨的了。

