



วันสุขอนามัยมือโลก  
**ใช้มือควบคุมโรค**  
**ใช้มือคุ้มครองไต้หวัน**

**7 ขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้อง**



**ใน**

ใช้ฝ่ามือมาถูกัน



**นอก**

ใช้ฝ่ามือถูหลังมือ



**ประกบ**

ฝ่ามือประกบกันและถูซอกนิ้ว



**กลับ**

ถูหลังนิ้วมือและข้อนิ้ว



**หัวแม่มือ**

ถูนิ้วหัวแม่มือและซอกนิ้ว



**แนวตั้ง**

ใช้ปลายนิ้วถูฝ่ามือ



**ไข่มือ**

ถูรอบข้อมือ ล้างด้วยน้ำแล้วเช็ดให้แห้ง