

# 勤洗手 防傳染

## 手指消毒液



不能用流動的水洗手時，  
請使用含有酒精的手指消毒液消毒

圖像出典：厚生労働省 (<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/keihatu.htm>)

## 手指消毒的順序

出典：「日本環境感染学会教育ツール Ver.3.1 より引用」



1 擠出大約 3ml 消毒液置於掌心 (按一次會噴出約 3ml 的霧狀消毒液)

2 首先揉搓兩手指間 (手指尖消毒是重點!)

3 接下來掌心也要仔細揉搓

4 手背也要揉搓

5 手指之間也要揉搓

6 大拇指也要揉搓

7 不要忘了揉搓手腕。把消毒液揉搓幹為止

手指尖消毒是重點!

特別是飯前及烹飪前、  
上完洗手間後都要記得  
洗手

