

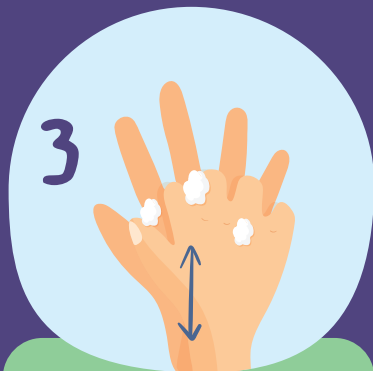
7 ขั้นตอน การล้างมืออย่างถูกวิธี



1
ถูฝ่ามือ



2
ถูหลังมือ ซอกนิ้ว



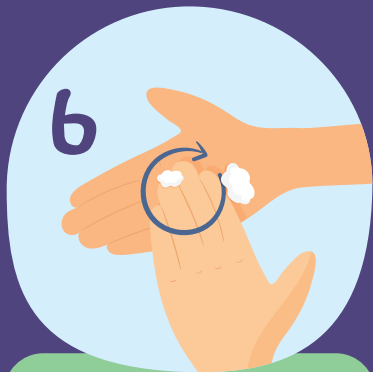
3
ประกบฝ่ามือ
ถูซอกนิ้ว



4
ฝ่ามือ ถูหลังนิ้ว




5
ถูนิ้วหัวแม่มือ



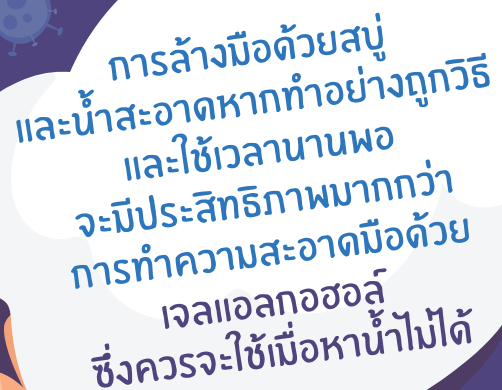
6
ปลายนิ้วมือ
ถูขางฝ่ามือ



7
ถูรอบข้อมือ



ล้างมือ
ด้วยสบู่
และน้ำสะอาด
อย่างน้อย 20 วินาที



การล้างมือด้วยสบู่
และน้ำสะอาดหากทำอย่างถูกวิธี
และใช้เวลานานพอ
จะมีประสิทธิภาพมากกว่า
การทำความสะอาดมือด้วย
เจลแอลกอฮอล์
ซึ่งควรจะใช้เมื่อหาผ้าไม่ได้อีก