El Hijyeni Adımları

Doğru el yıkama süresi ve adımları.

Süre	Adım
0–20 sn	Islat, sabunla köpürt
20–40 sn	Parmak araları, başparmak, tırnak
40–50 sn	Durula
50–60 sn	Kurula

Notlar

• Yemek öncesi, tuvalet sonrası ve hasta bakımında el hijyeni şarttır.

Bu belge genel bilgilendirme amaçlıdır; teşhis ve tedavi yerine geçmez. Kişisel durumunuz için aile hekiminize danışın.