

Infektionen vorbeugen: Richtiges Händewaschen schützt!

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Seife und Wasser um Krankheitserreger zu entfernen.

Das gelingt Ihnen in fünf Schritten:



1: Nass machen

Halten Sie Ihre Hände unter fließendes Wasser.



2: Rundum einseifen

Schäumen Sie Ihre Hände von allen Seiten ein: Hände innen und außen, die Fingerkuppen sowie die Zwischenräume bis zum Handgelenk.



3: Zeit lassen

Gründliches Einseifen dauert 20 bis 30 Sekunden. Eselsbrücke: Summen Sie das Lied „Happy Birthday to you“ zweimal hintereinander.



4: Gründlich abspülen

Waschen Sie Ihre Hände unter fließendem Wasser ab.



5: Sorgfältig abtrocknen

Trocknen Sie Ihre Hände mit einem sauberen Tuch ab.