

ล้างมือ...ถูกต้อง

ป้องกันไวรัสโควิด-19



1 ฝ่ามือถูกัน



2 ฝ่ามือถูหลังมือ
และนิ้วถูซอกนิ้ว



3 ฝ่ามือถูฝ่ามือ
และนิ้วถูซอกนิ้ว



4 หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ



5 ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบ
ด้วยฝ่ามือ



6 ปลายนิ้วมือ
ถูข้อมือ



7 ถูรอบข้อมือ



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ให้บ่อยขึ้น
เมื่ออยู่ในพื้นที่สาธารณะ และก่อนรับประทานอาหาร
ก่อนปรุงอาหาร และหลังสัมผัสสิ่งสกปรก

