

CÁCH RỬA TAY PHÒNG DỊCH CH VÀ CÁCH ĐEO KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH

Viết bởi: Quynh Tranh

Thứ ba, 04 Tháng 2 2020 11:59 -

BỘ Y TẾ

Đường dây nóng: 19009095; 19003228

Quy trình rửa tay thường quy



Bước 1: Làm ướt tay bằng nước và xà phòng. Chà hai lòng bàn tay vào nhau.



Bước 2: Chà lòng bàn tay này lên mu và kẽ ngoài các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.



Bước 3: Chà 2 lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ ngón tay.



Bước 4: Chà mặt ngoài các ngón tay này vào lòng bàn tay kia.



Bước 5: Xoay ngón tay cái của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại (làm sạch ngón tay cái).



Bước 6: Xoay các đầu ngón tay của tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại. Làm sạch tay dưới vòi nước chảy đến cổ tay và lau khô.

Ghi chú: Rửa tay bằng nước xà phòng khi bàn tay có vết bẩn. Thời gian mỗi lần rửa tay 30 giây, các bước 2,3,4,5 làm đi làm lại tối thiểu 5 lần.

Viết bài Quên trên web
Thứ ba, 04 Tháng 2 2020 11:59 -

BỘ Y TẾ

Đường dây nóng: 19009095; 19003228

ĐEO KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH ĐỂ PHÒNG CHỐNG LÂY NHIỄM VI RÚT NCOV

ĐỐI VỚI NGƯỜI DẪN TẠI CỘNG ĐỒNG:

Áp dụng đeo khẩu trang vải hoặc khẩu trang y tế thông thường.

ĐỐI VỚI NGƯỜI CHĂM SÓC, ĐIỀU TRỊ BỆNH NHÂN VÀ NHỮNG NGƯỜI ĐI VÀO Ổ DỊCH:

Áp dụng đeo khẩu trang N95 và các loại khẩu trang chuyên dụng đặc biệt khác.



CÁCH ĐEO KHẨU TRANG

▶ ĐỐI VỚI KHẨU TRANG Y TẾ THÔNG THƯỜNG:

* Đeo mặt xanh ra ngoài, mặt trắng vào trong, kẹp nhôm hướng lên trên. Che kín cả mũi lẫn miệng



* Khi tháo khẩu trang ra chỉ cầm vào dây đeo qua tai để tháo và cho vào thùng rác



* Tránh dùng tay cầm vào bề mặt khẩu trang để tháo ra



* Thường xuyên rửa tay với xà phòng để phòng bệnh



▶ ĐỐI VỚI KHẨU TRANG VẢI:

Che kín cả mũi lẫn miệng



Tránh không sờ tay vào bề mặt khẩu trang khi đang đeo



Khi tháo khẩu trang ra chỉ cầm vào dây đeo qua tai để tháo.



Nên giặt khẩu trang hàng ngày bằng xà phòng để dùng lại cho lần sau.



Tránh dùng tay cầm vào bề mặt khẩu trang để tháo ra



Thường xuyên rửa tay với xà phòng để phòng bệnh



Sử dụng khẩu trang phải kết hợp với vệ sinh cá nhân và các biện pháp khác, việc dùng chỉ rửa tay với xà phòng để phòng bệnh là không đủ.