

Ugaliin ang "tamang paghuhugas ng kamay" araw-araw!



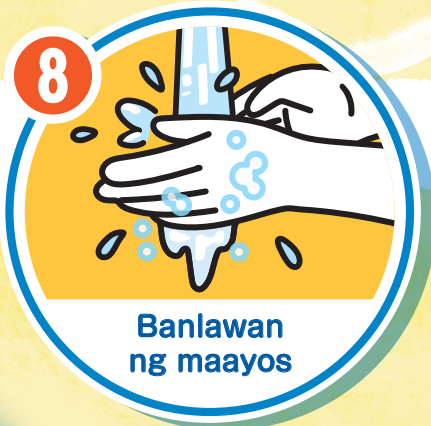
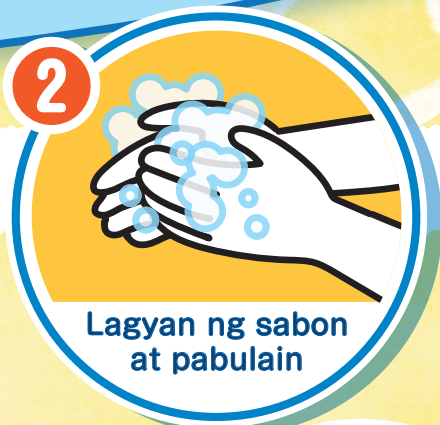
Hugasan ang mga bakterya na hindi nakikita bago madala sa mata, ilong, o bibig

Ang paghuhugas ng kamay ay nakapagliligtas ng buhay!

Para sa sarili at sa pamilya, maghugas ng kamay nang tama.

Dr. MURAKAMI Nobuo

Director of Gifu General Health Checkup Center
Professor Emeritus, Gifu University
Member of Gifu Prefecture Expert Committee on Infectious Disease Control
Chair of Gifu Prefecture Infectious Disease Control Council



Kailan Maghugas ng Kamay?

- Pag-uwi at pagkatapos gumamit ng banyo
- Bago kumain at bago magluto
- Pagkatapos magpalit ng diaper
- Pagkahawak sa gamit na hinawakan ng maraming tao

Ano ang Kailangan?

- Sabon (mas mabuti kung likido o foam)
- Paper towel o sariling tuwalya/panyo (Huwag gumamit ng public towel)

Ang alcohol para sa kamay ay puwedeng gamitin pagkatapos maghugas, o puwede rin ito ang gamitin kung walang malapit na lababo.

Video ni Minamo sa tamang paghuhugas ng kamay

