

# วิธีการล้างมือและการใช้แอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อ

ทำซ้ำอย่างน้อยห้ารอบในแต่ละวิธีการล้างมือ



1

ถูฝ่ามือเข้าด้วยกัน



2

ถูหลังมือทั้งสองข้างด้วยฝ่ามือ



3

ถูระหว่างนิ้วมือทุกนิ้วเป็นอย่างดี



4

ถูนิ้วมือและเล็บทั้งสองข้างอย่างพิถีพิถัน



5

ถูหัวแม่มือทั้งสองข้างอย่างพิถีพิถัน



6

ถูฝ่ามือด้านในทั้งสองข้างอย่างพิถีพิถัน