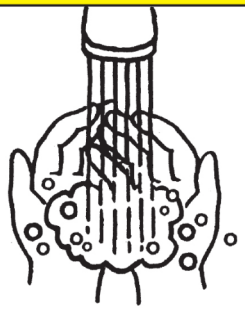
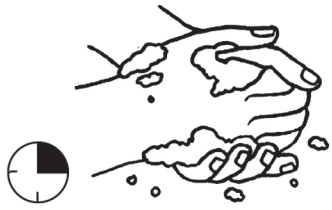
Rửa Tay

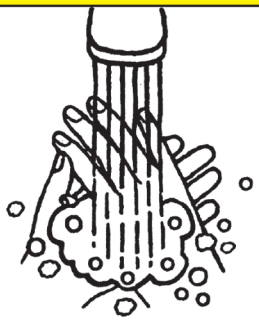


1. Xả nước cho ướt tay.

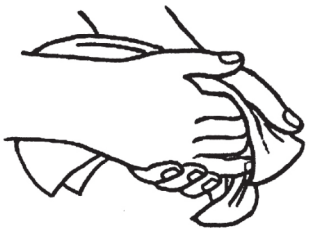
2. Thoa xà bông.



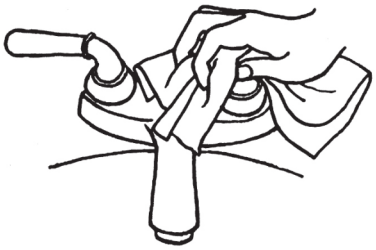
3. Chà sát trong 15 giây. Cọ giữa các ngón, mu bàn tay, đầu ngón tay, dưới móng tay.



4. Xả thật sạch bằng nước chảy.



5. Lau khô tay bằng khăn giấy hay dùng máy thổi hơi nóng.



6. Lấy khăn giấy để vặn tắt nước nếu được.

Chặn đứng sự Lan truyền của Vi trùng

Luôn luôn Rửa Tay

Sau khi:
- Hắt hơi, ho hay hỉ mũi
- Dùng phòng vệ sinh hay thay tã lót
- Dọn dẹp rác

Trước và sau khi:
- Làm đồ ăn hay ăn uống
- Sờ vào một vết đứt hay vết sưng tấy không được băng

Reprinted with the permission of Toronto Public Health

Vietnamese