

Родители, научите детей мыть  
руки правильно,  
контролируйте процесс.

**Мытьё рук –  
лучший способ  
защитить себя  
и окружающих  
от передачи  
инфекции!**



# Гигиена рук



<http://cgon.rosпотребнадзор.ru/>

<http://cgon.rosпотребнадзор.ru/>

## Гигиена рук = обеззараживание рук:

- мытьё рук с мылом под проточной водой
- или
- обеззараживание рук антисептиком (в виде раствора, геля, салфеток)

Гигиена рук – эффективная защита от инфекций.

Грязные руки – фактор передачи большинства опасных микроорганизмов.

Гигиена рук поможет избежать распространения ОРВИ, гриппа, гепатита А, дизентерии, заболеваний, вызванных гельминтами, и других инфекций.



## Когда мыть руки?

- после возвращения домой
- перед приготовлением, употреблением пищи
- после посещения туалета
- после сморкания, кашля или чихания
- после ухода за заболевшими
- перед любыми процедурами, когда необходимо прикасаться к глазам, носу или рту
- после контакта с животными

## Как мыть руки?

- смочить руки теплой водой
- нанести мыло
- потереть ладони между собой до образования пены
- распределить мыло по всей поверхности рук, включая области между пальцев, под ногтями (в течение 20 секунд)
- смыть водой
- вытереть руки насухо

## Как обрабатывать руки антисептиком?

- нанести антисептик в виде раствора или геля на ладони,
  - распределить его по всей поверхности рук,
  - дождаться, когда руки высохнут
- или
- тщательно протереть руки готовой к применению салфеткой, пропитанной антисептиком





# ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ

## ЗДОРОВЫЕ ГАДЖЕТЫ



СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ РУК



РЕГУЛЯРНО ОБРАБАТЫВАТЬ ТЕЛЕФОН АНТИСЕПТИЧЕСКИМИ СРЕДСТВАМИ



ЧЕХОЛ ПРИ ОБРАБОТКЕ СНИМАТЬ И ОБРАБАТЫВАТЬ ОТДЕЛЬНО

ВО ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И ПРИЕМА ПИЩИ НЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ТЕЛЕФОНОМ



### ВНИМАНИЕ!

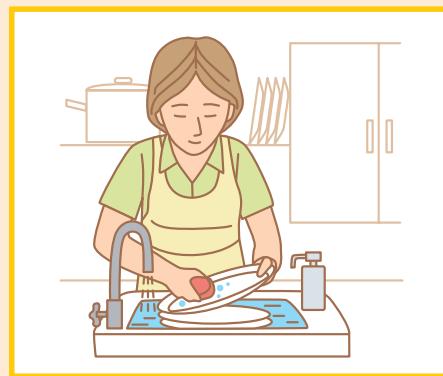
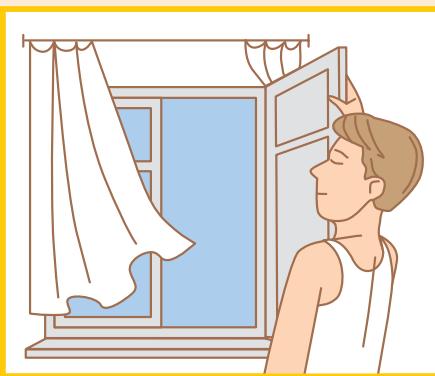
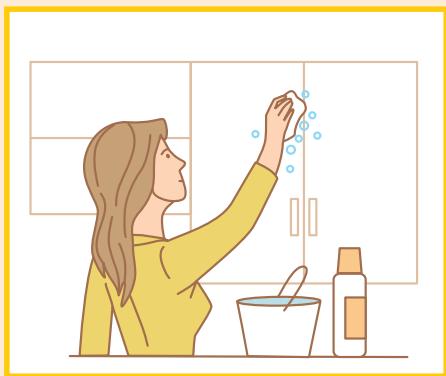
- ! ТОЛЬКО 1 ИЗ 10 ЧЕЛОВЕК ОБЕЗЗАРАЖИВАЕТ ГАДЖЕТЫ**
- ! КАЖДЫЙ ВТОРОЙ ПОЛЬЗУЕТСЯ ТЕЛЕФОНОМ, КОГДА ГОТОВИТ**
- ! 8 ИЗ 10 ЧЕЛОВЕК НЕ РАССТАЮТСЯ С ТЕЛЕФОНОМ ДАЖЕ В ТУАЛЕТЕ**

*Ваш Роспотребнадзор*



# ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ

## ПРИВЫЧКИ ЗДОРОВОГО ДОМА



РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ

ПРОВЕТРИВАТЬ 10 МИН. ДО И ПОСЛЕ СНА

МЫТЬ ПОСУДУ СРАЗУ ПОСЛЕ ЕДЫ



РАЗ В НЕДЕЛЮ МЕНЯТЬ:

- ПОСТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЕ
- ГУБКИ ДЛЯ ПОСУДЫ
- БАННЫЕ И КУХОННЫЕ ПОЛОТЕНЦА

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ ПЕРЧАТКИ ПРИ УБОРКЕ

СЛЕДИТЬ ЗА СРОКОМ ГОДНОСТИ ЛЕКАРСТВ, КОСМЕТИКИ, БЫТОВОЙ ХИМИИ

*Ваш Роспотребнадзор*

# Как не заболеть ОРВИ

- 1 Соблюдайте режим дня
- 2 Будьте физически активными
- 3 Поддерживайте чистоту дома
- 4 Другие рекомендации:
  - сведите к минимуму пребывание в местах скопления людей в период сезонного подъема заболеваемости ОРВИ,
  - соблюдайте правила личной гигиены, мойте руки с мылом,
  - используйте маски в общественных местах,
  - **своевременно прививайтесь против гриппа!**

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1  
e-mail: cgon@cgon.ru;  
тел.: 8 (499) 241 86 28



# ОРВИ



<http://cgon.rosпотребнадзор.ru/>

<http://cgon.rosпотребнадзор.ru/>

## Что такое ОРВИ

- острая вирусная инфекция, поражающая дыхательные пути
- самая распространенная группа инфекций, возбудители которых – вирусы.

### ОРВИ передается

преимущественно воздушно-капельным путём. Также, вирусы ОРВИ могут передаваться контактно-бытовым путем. Человек может быть заразен еще до проявления первых клинических симптомов ОРВИ.

В большинстве случаев инфекция проявляется в виде общей слабости, лихорадки, боли и першения в горле, насморка, чихания, головной боли и боли в мышцах.

**Внимание!**  
**Применение антибиотиков при ОРВИ не только нецелесообразно, но и может нанести существенный вред здоровью.**

## Лечение ОРВИ

у взрослых и детей симптоматическое: обильное питье, при необходимости – жаропонижающее.

**Более подробное лечение согласовывается с врачом.**

## Если вы или ребенок заболели

Оставайтесь дома, не посещайте общественные места, школу, работу.

**Соблюдайте все рекомендации врача.**

При необходимости (высокая температура, слабость и т.д) соблюдайте постельный режим.

При нормальном самочувствии можно гулять. Главное, не контактировать с людьми, чтобы не подвергать их риску инфицирования.



## Когда пора обратиться к врачу

- нет положительной динамики: температура не снижается, симптомы болезни нарастают
- появились высыпания на коже
- затруднено дыхание, появилась одышка
- появились симптомы обезвоживания: сухость кожи, отсутствие мочеиспускания.



# Кое-что о чистых и грязных руках



Мытье рук – одна из основных, **эффективных** гигиенических практик в повседневной жизни, но слишком часто этим пренебрегают.

Гигиена рук включает в себя **мытье рук с мылом** под проточной водой, а также использование **специальных дезинфицирующих средств** (кожные антисептики в разных формах: гели, салфетки, спреи)

## Мыть руки правильно

- люди во всем мире моют руки водой, но очень немногие используют при этом мыло
- по статистике только каждый пятый моет руки после посещения туалета



Мытье рук предупреждает распространение прежде всего диарейных, паразитарных и острых респираторных инфекций

## Мыть руки всегда:

- после посещения туалета, общественных мест, сморкания, кашля и чихания, ухода за больными, контакта с животными,
- перед приготовлением и приемом пищи

## Как правильно обрабатывать руки антисептиком?



Перед обработкой ознакомьтесь с инструкцией. Обратите внимание на:

- время экспозиции,
- количество средства для однократной обработки рук.

## Техника обработки:

тщательно обработайте кожу внутренней и наружной поверхности ладоней, участки кожи между пальцами, под ногтями и большие пальцы рук.

**Втирайте средство до полного высыхания, но не менее 30 секунд**

## Как правильно мыть руки с мылом:

- смочите** руки теплой водой,
- нанесите** мыло,
- распределите мыло по всей поверхности рук:** ладони с внутренней и наружной поверхности, участки кожи между пальцами, под ногтями и большие пальцы рук (**время обработки не менее 20 секунд**),
- смойте** водой,
- высушите** руки чистым полотенцем или при помощи сушилки.

**В общественном туалете, для закрытия крана с водой или нажатия на дверную ручку, используйте бумажные салфетки**



# ЗДОРОВЫЕ ПРИВЫЧКИ

## ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА



**МЫТЬ РУКИ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ:**

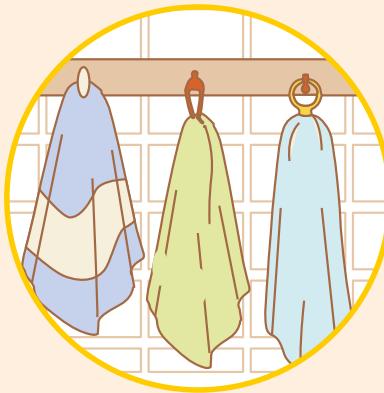
- ПЕРЕД КОНТАКТОМ С ЕДОЙ
- ПОСЛЕ ПОСЕЩЕНИЯ УЛИЦЫ, ТУАЛЕТА
- ПРИ ВИДИМЫХ ЗАГРЯЗНЕНИЯХ



**РАЗ В ТРИ МЕСЯЦА  
МЕНЯТЬ ЗУБНУЮ ЩЕТКУ  
И МОЧАЛКУ**



**ЧИСТИТЬ ЗУБЫ  
ПОСЛЕ ЗАВТРАКА  
И ПЕРЕД СНОМ**



**ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЗУБНЫЕ НИТИ  
ДЛЯ ЧИСТКИ МЕЖЗУБНЫХ  
ПРОМЕЖУТКОВ**



**ПОЛЬЗОВАТЬСЯ  
ИНДИВИДУАЛЬНЫМ  
ПОЛОТЕНЦЕМ**



**НОСИТЬ С СОБОЙ  
САНИТАЙЗЕР, ЧИСТУЮ  
МАСКУ, САЛФЕТКИ**

*Ваш Роспотребнадзор*



# РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ!



Ваш Роспотребнадзор

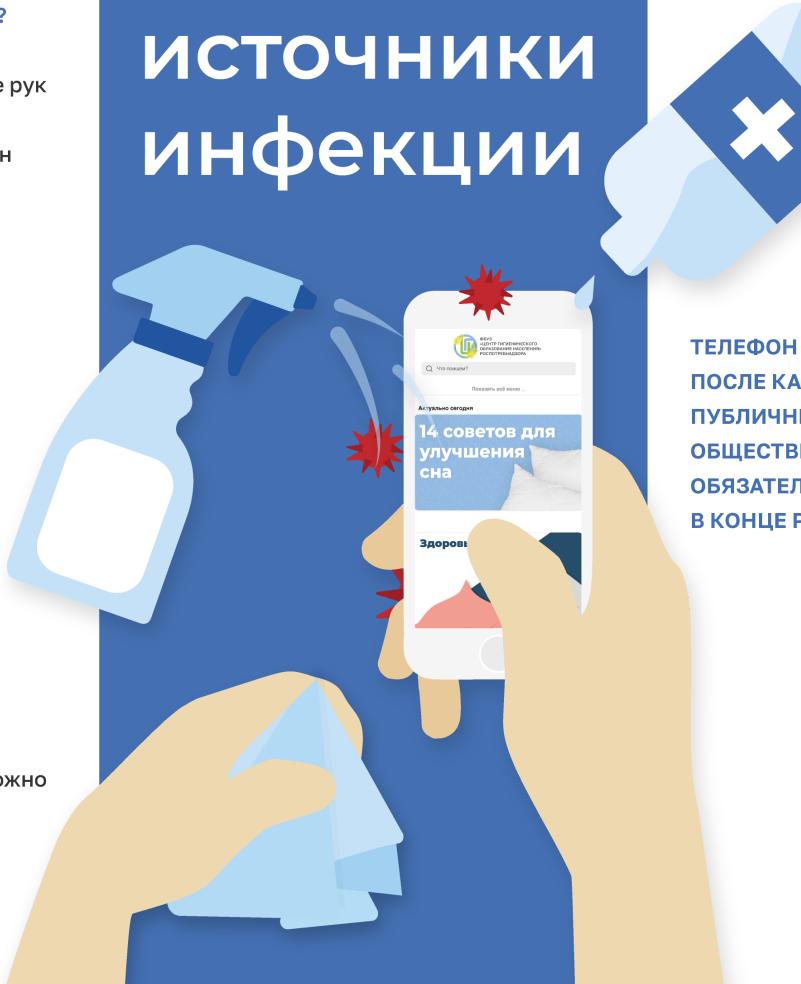
## КАК ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИИ ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ ГАДЖЕТАМИ?

- Соблюдать требования к гигиене рук
- Регулярно обрабатывать телефон антисептическими средствами
- Чехол при обработке снимать и обрабатывать отдельно

## КАК ОБРАБАТЫВАТЬ ГАДЖЕТЫ

- Использовать средства, предназначенные для обработки поверхностей
- Учитывать рекомендации производителей гаджетов: возможность их мытья и совместимость с дезинфицирующими средствами
- Некоторые виды электроники можно поместить в специальные гладкие чехлы – это упрощает их обработку

# Гаджеты – источники инфекции



ТЕЛЕФОН СЛЕДУЕТ ОБРАБАТЫВАТЬ  
ПОСЛЕ КАЖДОГО ПОСЕЩЕНИЯ  
ПУБЛИЧНЫХ МЕСТ,  
ОБЩЕСТВЕННОГО ТРАНСПОРТА И Т. Д.  
ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЕЧЕРОМ –  
В КОНЦЕ РАБОЧЕГО ДНЯ



# Как правильно мыть руки





# КАК ПРОВОДИТЬ ДЕЗИНФЕКЦИЮ ДОМА

УБЕДИТЬСЯ, ЧТО СРЕДСТВО ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ ДЕЗИНФЕКЦИИ

НАЙТИ НОМЕР СВИДЕТЕЛЬСТВА О ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ (СГР) НА ЭТИКЕТКЕ,  
ПРОВЕРИТЬ, ВНЕСЕНО ЛИ ОНО В РЕЕСТР СГР ПО АДРЕСУ <http://fp.crc.ru/>

## СЛЕДОВАТЬ УКАЗАНИЯМ НА ЭТИКЕТКЕ

ВАЖНО ЗНАТЬ: СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВА, ДОПУСТИМЫЕ ОБЪЕКТЫ  
ОБЕЗЗАРАЖИВАНИЯ, МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

## ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПЕРЧАТКИ

ОДНОРАЗОВЫЕ ПЕРЧАТКИ – ВЫБРАСЫВАТЬ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ,  
МНОГОРАЗОВЫЕ ПЕРЧАТКИ – ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТОЛЬКО ДЛЯ  
ДЕЗИНФЕКЦИИ, НО НЕ ДЛЯ ДРУГИХ РАБОТ ПО ДОМУ

## ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЕ

ОТКРЫТЬ ОКНА, ВКЛЮЧИТЬ ВЕНТИЛЯЦИЮ В ВАННОЙ КОМНАТЕ,  
НА КУХНЕ

## СЛЕДИТЬ ЗА ВРЕМЕНЕМ ДЕЗИНФЕКЦИИ

ВРЕМЯ ДЕЗИНФЕКЦИИ НЕЛЬЗЯ МЕНЯТЬ!  
СОКРАЩЕНИЕ ВРЕМЕНИ ДЕЗИНФЕКЦИИ СНИЖАЕТ ЭФФЕКТИВНОСТЬ  
СРЕДСТВА

## ПОМЫТЬ РУКИ

ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВА ТЩАТЕЛЬНО ВЫМЫТЬ РУКИ ОБЫЧНЫМ МЫЛОМ

## ПЛОТНО ЗАКРЫТЬ УПАКОВКУ

ХРАНИТЬ СРЕДСТВО ПЛОТНО ЗАКРЫТЫМ, В НЕДОСТУПНОМ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ДОМАШНИХ  
ЖИВОТНЫХ МЕСТЕ

ВАЖНО ВНИМАТЕЛЬНО ЧИТАТЬ ЭТИКЕТКУ И СОБЛЮДАТЬ ВСЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

[sdom.gospotrebnadzor.ru](http://sdom.gospotrebnadzor.ru)



# КАК СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ ЗИМОЙ



## Защита от инфекций



### Вакцинироваться

- от гриппа
- от COVID-19
- от пневмококка ( по показаниям)

- Увлажнять слизистую носа
- Гулять в солнечную погоду
- Реже бывать в людных местах
- Носить маску (и менять раз в 2-3 часа)

### Факт

Вирус гриппа мутирует, поэтому прививаться надо ежегодно

10 минут на солнце 3-4 раза в неделю помогут компенсировать дефицит витамина D

## Защита от падений на льду

- Ходить медленнее
- Освободить руки
- Носить обувь на низком каблуке и нескользящей подошве

### Факт

Восстановить равновесие сложнее, когда руки в карманах

Алкоголь и сильная усталость увеличивают вероятность падений



## Защита от холода

- Многослойность в одежде
- Шарф, шапка, варежки – обязательно
- Воздержаться от ограничительных диет
- Добавить в рацион полезных жиров (морская рыба, орехи)

### Факт

Большую часть тепла тело отдаёт через голову и шею

Воздушная прослойка между слоями одежды сохранит тепло

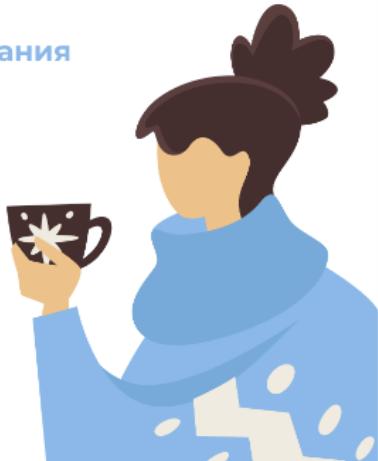


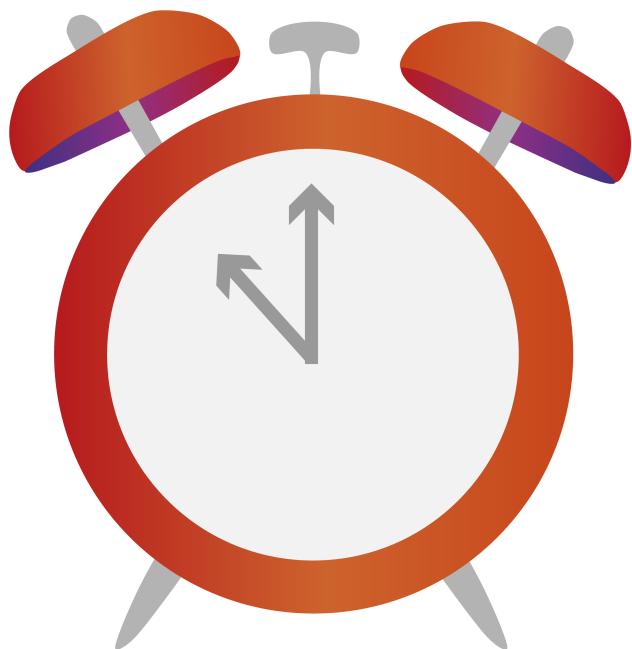
## Защита от обезвоживания

- Пить больше жидкости
- Есть богатые влагой фрукты (апельсины, мандарины, яблоки)
- Чаще проветривать и проводить влажную уборку

### Факт

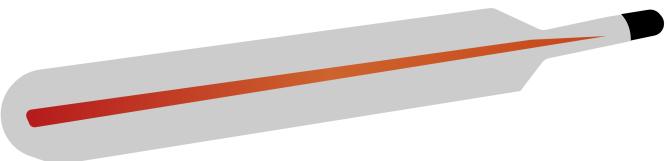
Сухой воздух в помещениях, холод и ветер на улице усиливают потери влаги





ГРИПП?  
КОРОНАВИРУС?  
ОРВИ?

#ЗАБОЛЕЛ?  
ОСТАНЬСЯ ДОМА!  
#ВЫЗОВИ ВРАЧА



[cgon.rosпотребнадзор.ru](http://cgon.rosпотребнадзор.ru)

ОТЛИЧИЯ ОРВИ ОТ ГРИППА	
<b>САМОЧУВСТВИЕ</b>	
 ГРИПП УХУДШАЕТСЯ ВНЕЗАПНО	 ОРВИ УХУДШАЕТСЯ БЫСТРО
<b>СИМПТОМЫ ИНТОКСИКАЦИИ</b>	
 ГРИПП ЯРКО ВЫРАЖЕНЫ (ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, ОЗНОБ, БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ, СВЕТОБОЯЗНЬ, ОЩУЩЕНИЕ "ЛОМОТЫ" В СУСТАВАХ И МЫШЦАХ")	 ОРВИ ВЫРАЖЕНЫ УМЕРЕННО, ПРОВЯЛЯЮТСЯ ПОВЫШЕННОЙ УТОМЛЕНОСТЬЮ
<b>ГОЛОВНАЯ БОЛЬ</b>	
 ГРИПП ИНТЕНСИВНАЯ, БЕЗ ПРИМЕНЕНИЯ БОЛЕУДОЛЮЩИХ НЕ ПРОХОДИТ	 ОРВИ УМЕРЕННАЯ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
<b>ЧИХАНИЕ</b>	
 ГРИПП ОТСУСТВУЕТ	 ОРВИ ПРИСУСТВУЕТ, ОСОБЕННО ВЫРАЖЕНО В ПЕРВЫЕ ДНИ ЗАБОЛЕВАНИЯ
<b>НАЛЕТ НА ЯЗЫКЕ И МИНДАЛИНАХ</b>	
 ГРИПП ОТСУСТВУЕТ	 ОРВИ МОЖЕТ ПРИСУСТВОВАТЬ БЕЛЫЙ ИЛИ ЖЕЛТОВАТЫЙ НАЛЕТ
<b>ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ</b>	
 ГРИПП ВОЗНИКАЕТ С ПЕРВЫХ ЧАСОВ ЗАБОЛЕВАНИЯ	 ОРВИ МОЖЕТ ВОЗНИКНУТЬ ТОЛЬКО В СЛЕДСТВИЕ ПРИСОДИНЕНИЯ БАКТЕРИАЛЬНОЙ ИНФЕКЦИИ СПУСТЯ НЕСКОЛЬКО СУТОК
<b>БЕССОНИЦА</b>	
 ГРИПП МОЖЕТ ПРОЯВЛЯТЬСЯ НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕЙ БОЛЕЗНИ	 ОРВИ ВОЗМОЖНА В ПЕРВЫЕ СУТКИ
<b>ОСЛОЖНЕНИЯ</b>	
 ГРИПП ВОЗНИКАЕТ ЧАСТО	 ОРВИ ВОЗНИКАЮТ ТОЛЬКО У ОСЛАБЛЕННЫХ ЛИЦ



# ПРАВИЛЬНЫЙ АНТИСЕПТИК

## КОЖНЫЕ АНТИСЕПТИКИ

ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА ДЛЯ БЫСТРОГО  
ОБЕЗЗАРАЖИВАНИЯ КОЖИ

## ТРЕБОВАНИЯ К АНТИСЕПТИКУ

- ШИРОКИЙ СПЕКТР АНТИМИКРОБНОГО ДЕЙСТВИЯ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- ЭФФЕКТИВНОСТЬ

ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЫСТРОГО ЭФФЕКТА СОДЕРЖАНИЕ СПИРТА В КОЖНОМ  
АНТИСЕПТИКЕ ДОЛЖНО БЫТЬ НЕ МЕНЕЕ 60%

## ГДЕ КУПИТЬ

АПТЕКИ, СУПЕРМАРКЕТЫ

## ФОРМА ВЫПУСКА

ГЕЛИ, САЛФЕТКИ, СПРЕИ, РАСТВОРЫ

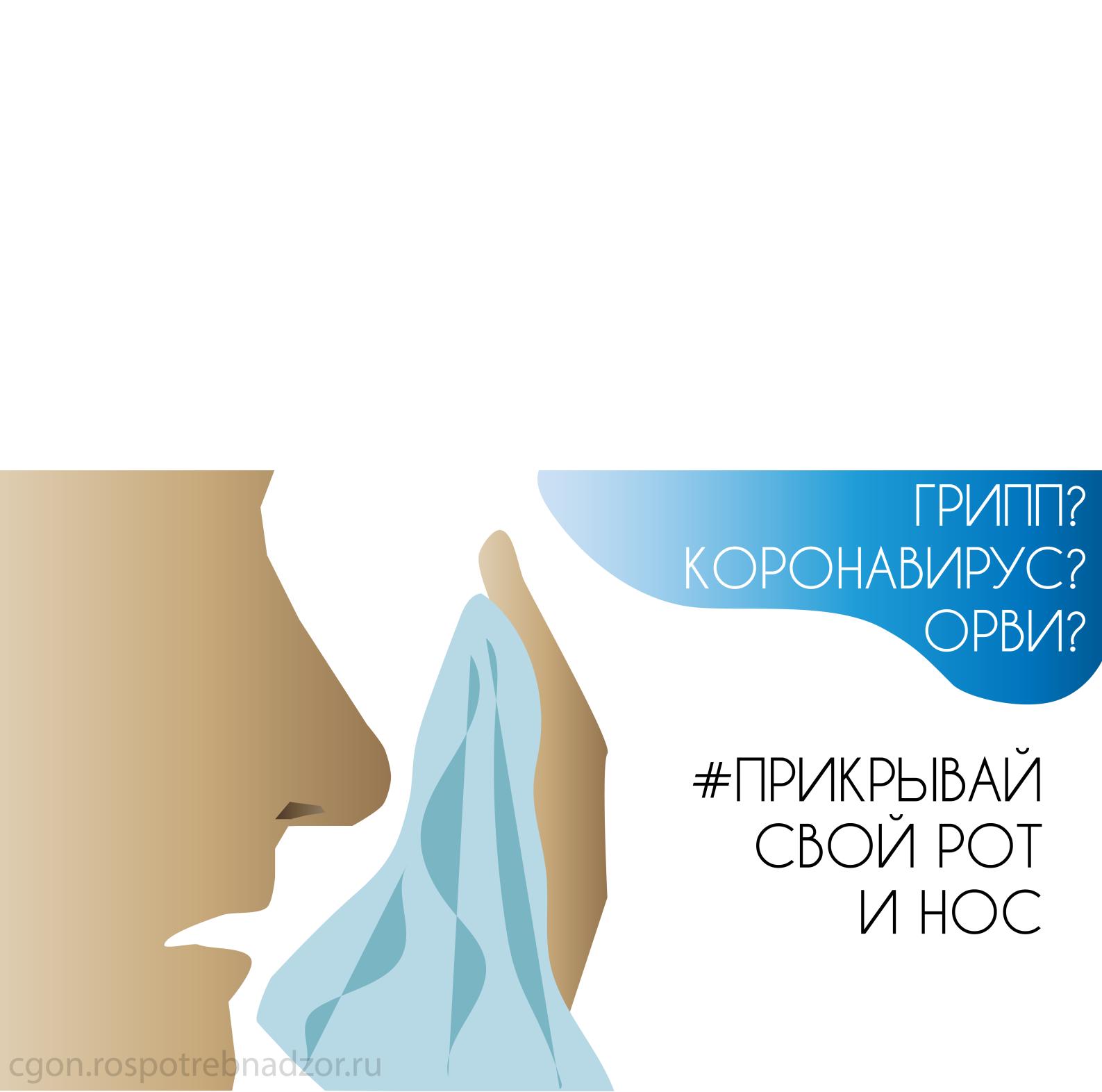
## НАЙТИ НА ЭТИКЕТКЕ

- НАЗНАЧЕНИЕ СРЕДСТВА (ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА РУК, ОБРАБОТКА КОЖИ ИНЪЕКЦИОННОГО ПОЛЯ),
- СОСТАВ
- АНТИМИКРОБНАЯ АКТИВНОСТЬ (ВИРУСЫ, БАКТЕРИИ, ГРИБЫ)
- СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ

АЛЬТЕРНАТИВОЙ ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ОБРАБОТКЕ РУК В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ  
МОЖЕТ БЫТЬ ТЩАТЕЛЬНОЕ ИХ МЫТЬЕ ОБЫЧНЫМ МЫЛОМ

[сделатвоработнадзор.ру](http://сделатвоработнадзор.ру)





ГРИПП?  
КОРОНАВИРУС?  
ОРВИ?

#ПРИКРЫВАЙ  
СВОЙ РОТ  
И НОС

[cgon.rosпотребнадзор.ru](http://cgon.rosпотребнадзор.ru)



## ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ В ШКОЛЕ



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР

РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-49

Роспотребнадзор напоминает о простых правилах, которые помогут снизить риски заболевания ребенка гриппом, ОРВИ или новой коронавирусной инфекцией в школе

**1. Положите ребенку в школьный рюкзак антисептические салфетки.** Их можно использовать для обработки рук после того, как ребенок пришел в школу, а также по мере необходимости, когда он высыпал нос, покашлял или чихнул. Кроме того, они пригодятся чтобы пропеть рабочее место / парту / компьютерную технику.

**2. Обратите внимание на одежду ребенка.** В одежде для школы, прежде всего, должно быть комфортно. Она не должна стеснять движения, быть слишком теплой или слишком легкой. Одевайте ребенка по погоде. При выборе одежды для детей и подростков отдавайте предпочтение натуральным тканям.

**3. Не забывайте про смennую обувь.** Это помогает поддерживать чистоту в классе. Кроме того, в лёгкой сменной обуви ребенок будет чувствовать себя комфортнее, чем в теплой уличной.

**4. Внимательно следите за самочувствием ребенка.** При повышении температуры следует остаться дома и вызвать врача.

**5. Объясните ребенку, что «утренний фильтр», предусматривающий термометрию на входе в школу, – это важная процедура,** которая помогает блокировать распространение вирусных заболеваний. Если температура будет выше 37° С, ребенку окажут необходимую медицинскую помощь.

**6. Научите ребенка правильно прикрывать нос и рот при чихании.** Необходимо прикрывать нос и рот одноразовыми салфетками, носовым платком или локтевым сгиблом руки.

**7. Напомните детям о важности мытья рук** – особенно перед едой, после посещения туалета, после занятий физкультурой, при возвращении с улицы.

**8. Объясните ребенку, как правильно мыть руки.** Время мытья рук должно составлять не менее 30 секунд. Их нужно хорошо намыливать – ладони, пальцы, межпальцевые промежутки, тыльные поверхности кистей, тщательно ополаскивать теплой проточной водой и просушивать бумажным полотенцем или салфеткой. Также можно пользоваться сушилкой для рук.

**9. Правильное питание – основа здоровья ребенка.** Помните, что горячее питание в школе – залог хорошего самочувствия, гармоничного роста и развития, стойкого иммунитета и отличного настроения вашего ребенка.

**10. Напомните детям, что на перемена полезно делать гимнастику для глаз,** простые упражнения на расслабление мышц спины и шеи.

**11. В перерывах между уроками, когда в классе нет детей, необходимо организовать сквозное проветривание.** Помните, что недостаток свежего воздуха ухудшает самочувствие и снижает устойчивость организма к вирусам и бактериям.

**12. Предложите детям делать физкультминутки во время урока.** Физкультминутки можно делать через 25-30 минут после начала урока, чтобы размять мышцы рук, плечевого пояса, туловища, сделать упражнения на дыхание, гимнастику для глаз и просто улыбнуться друг другу. Такие небольшие перерывы помогут детям чувствовать себя лучше, сохранить высокую работоспособность, а значит и успешно освоить материал урока.

**Будьте здоровы!**



Подробнее на [www.rosпотребnadzor.ru](http://www.rosпотребnadzor.ru)



# САНИТАЙЗЕР



ИЛИ КОЖНЫЙ АНТИСЕПТИК, – СОВРЕМЕННОЕ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩЕЕ СРЕДСТВО НА ОСНОВЕ СПИРТА, ПРЕДНАЗНАЧЕННОЕ ДЛЯ ОБРАБОТКИ РУК

## ЭФФЕКТИВНЫЙ САНИТАЙЗЕР

- ЗАРЕГИСТРИРОВАН В РЕЕСТРЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА (САЙТ [FP.CRC.RU](http://FP.CRC.RU))
- ШИРОКИЙ СПЕКТР ДЕЙСТВИЯ, ЕСТЬ АКТИВНОСТЬ В ОТНОШЕНИИ ВИРУСОВ (АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА НЕ ПОМОГУТ В БОРЬБЕ С ВИРУСАМИ)
- В СОСТАВЕ НЕ МЕНЕЕ 60% СПИРТА (МЕНЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО СПИРТА НЕ ПОМОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВИРУСОВ И БАКТЕРИЙ)



## КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ?

- ИЗУЧИТЬ ИНСТРУКЦИЮ (ВНИМАНИЕ НА ВРЕМЯ ЭКСПОЗИЦИИ И КОЛИЧЕСТВО СРЕДСТВА, НЕОБХОДИМОЕ ДЛЯ ОДНОКРАТНОЙ ОБРАБОТКИ РУК)
- ТЩАТЕЛЬНО ОБРАБОТАТЬ РУКИ ПОЛНОСТЬЮ (ЛАДОНИ, МЕЖДУ ПАЛЬЦАМИ, КОНЧИКИ ПАЛЬЦЕВ)
- ВТИРАТЬ СРЕДСТВО ДО ПОЛНОГО ВЫСЫХАНИЯ, НО НЕ МЕНЕЕ 30 СЕКУНД (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ПОВТОРИТЬ ПРОЦЕДУРУ)

сайт госпроверы надзора.ru



ГРИПП?  
КОРОНАВИРУС?  
ОРВИ?

#ЧИСТЫЕ  
РУКИ-  
ТВОЯ ЗАЩИТА

[cgon.rosпотребнадзор.ru](http://cgon.rosпотребнадзор.ru)