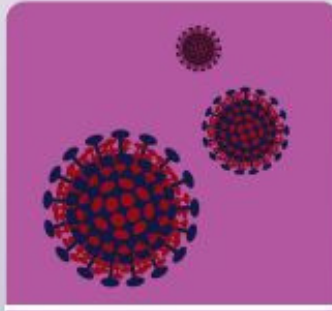




ELLERİMİZİ YIKAYALIM SAĞLIĞIMIZI KORUYALIM



Mikropları
sabun ve su ile
uzaklaştırabiliriz.



COVID-19 ve diğer
bulaşıcı hastalıkları
önlemek için ellerimizi
doğru yöntemle
yıkamalıyız.



Yemektan önce/sonra,
dışarıdan gelindiğinde,
tuvaletten önce/sonra
ve her kirlendiğinde
ellerimizi yıkamak
bizi mikroplardan korur.



Eller en az
20 saniye süreyle
su ve normal
sabunla yıkanmalıdır.



Ellerimizi ıslatıp
sabunu ellerimizin
bütün yüzeylerine
dağıtalım.



Avuç içi, el üstü,
tırnak dipleri ve
parmak aralarını
iyice ovalayalım.



Ellerimizi
bol su ile
durulayalım.



Musluğu, ellerimizi
kuruladığımız
kağıt havlu
ile kapatalım.

ELLERİMİZİ DOĞRU YÖNTEMLE YIKAYALIM

EL HİJYENİ SAĞLAMANIZ GEREKEN 5 DURUM



1 HASTAYLA TEMASTAN ÖNCE	NE ZAMAN? Hastaya yaklaşırken hastaya temas etmeden önce NEDEN? Hastayı ellerinizde bulunan zararlı mikroplardan korumak için
2 ASEPTİK İŞLEMLERDEN ÖNCE	NE ZAMAN? Aseptik işlemlerden hemen önce NEDEN? Ellerinizde bulunan zararlı mikropların hastanın vücuduna girmesini önlemek için
3 VÜCUT SIVILARIYLA TEMAS RİSKİNDEN SONRA	NE ZAMAN? Vücut sıvılarıyla temas riskinden hemen sonra (ve eldivenleri çıkarttıktan sonra) NEDEN? Kendinizi ve çevreyi zararlı mikroplardan korumak için
4 HASTAYLA TEMASTAN SONRA	NE ZAMAN? Hastaya ve eşyalarına temas ettikten sonra hastanın yanından ayrılırken NEDEN? Kendinizi ve çevreyi zararlı mikroplardan korumak için
5 HASTA ÇEVRESİYLE TEMASTAN SONRA	NE ZAMAN? Hastayla temas etmeseniz bile odasındaki herhangi bir eşyaya veya mobilyaya dokunduktan sonra, ayrılırken NEDEN? Kendinizi ve çevreyi zararlı mikroplardan korumak için



Dünya Sağlık
Örgütü

HASTA
GÜVENLİĞİ

HAYAT KURTARIN
Ellerinizi Temiz Tutun



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI

ELLERİMİZİ NASIL YIKAMALIYIZ?

**GÖZLE GÖRÜNEN KİRLENME OLDUĞUNDA ELLERİNİZİ YIKAYINIZ!
GÖZLE GÖRÜNÜR KİR YOKSA, ALKOLLE OVALAYINIZ!**

EL YIKAMA SÜRESİ : 40-60 saniye



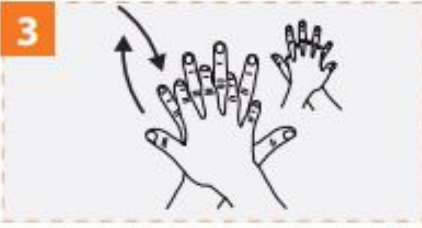
0 Su ile ellerinizi ıslatınız



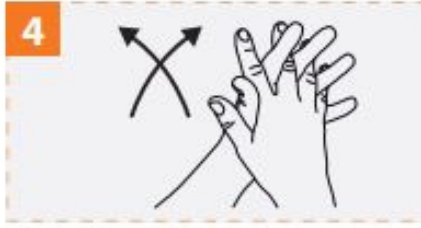
1 Ellerinizi tüm yüzeyine yetecek kadar sabun alınız;



2 Avuç içlerini dairesel hareketlerle ovalayınız;



3 Sağ avuç içi sol el sırtına gelecek şekilde ovalayınız, parmak aralarını ovalayınız, diğer el için de aynı hareketleri yapınız;



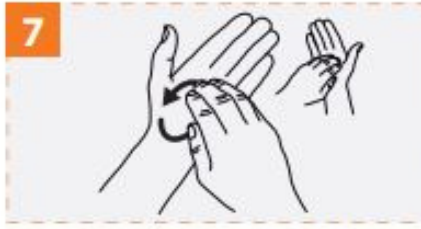
4 Avuç içlerini birleştiriniz, parmak aralarıyla birlikte ovalayınız;



5 Parmakların arkasını diğer elin avuç içinde birbirine kilitleyerek ovalayınız, diğer el için de aynısını yapınız;



6 Her iki başparmağı dairesel hareketlerle diğer elin avuç içinde ovalayınız;



7 Her bir elin parmak uçlarını diğer elin avuç içinde dairesel hareketlerle ovalayınız;



8 Ellerinizi su ile durulayınız;



9 Ellerinizi tek kullanımlık kağıt havlu ile kurulayınız;



10 Kullandığınız kağıt havluyu musluğu kapatınız;



ELLERİNİZ artık GÜVENLİ



Dünya Sağlık
Örgütü

**HASTA
GÜVENLİĞİ**

HAYAT KURTARIN
Ellerinizi Temiz Tutun



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI

ELLERİMİZİ ALKOLLE NASIL OVALAMALIYIZ?

**EL HİJYENİ İÇİN ELLERİNİ ALKOLLE OVALA!
GÖZLE GÖRÜNÜR KİRLENME OLDUĞUNDA ELLERİNİ YIKA!**

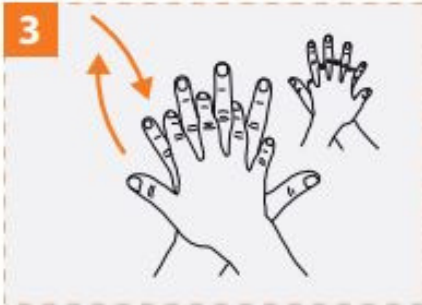
EL OVALAMA SÜRESİ : 20-30 saniye



Avuç içine ellerinin tüm yüzeyini kaplayacak miktarda alkol alınız;



Avuç içlerini dairesel hareketlerle ovalayınız;



Sağ avuç içi sol el sırtına gelecek şekilde birleştirdiniz, parmak aralarıyla birlikte ovalayınız, diğer el için de aynı hareketleri yapınız;



Avuç içlerini birleştiriniz, parmak aralarıyla birlikte ovalayınız;



Parmakların arkasını diğer elin avuç içinde birbirine kilitleyerek ovalayınız, diğer el için de aynısını yapınız;



Her iki başparmağı dairesel hareketlerle diğer elin avuç içinde ovalayınız;



Her bir elin parmak uçlarını diğer elin avuç içinde dairesel hareketlerle ovalayınız;



Elleriniz kurduğunda
ELLERİNİZ GÜVENLİDİR



Dünya Sağlık
Örgütü

**HASTA
GÜVENLİĞİ**

HAYAT KURTARIN
Ellerinizi Temiz Tutun



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI