

## *Зачем нужно мыть руки*

### *Профилактика инфекций*

Пренебрегая правилами гигиены рук, легко подхватить сальмонеллу, стафилококк, ботулотоксины, ротавирусы и других возбудителей пищевых инфекций. Симптомы отравления проявляются как сразу после еды, так и спустя несколько часов или даже дней. Чаще всего это тошнота, рвота, головная боль, диарея и боли в животе. В более тяжелых случаях отмечаются лихорадка, бред, судороги, затемнение сознания. Если своевременно не обратиться за медицинской помощью, исход может быть трагичным.

Установлено, что частое мытье рук с мылом родителями способствует снижению смертности среди детей раннего возраста от острых респираторных инфекций на 20% и от острых кишечных инфекций на 50%. Грязные руки являются фактором передачи целого спектра инфекционных и паразитарных заболеваний, в том числе дизентерии, гепатита А, брюшного тифа, норо- и ротавирусных инфекций, глистных инвазий. Передача осуществляется как напрямую, так и опосредованно через контаминированные поверхности, мягкие игрушки и средства обихода.

Согласно данным Роспотребнадзора, в среднем за год происходит более 300 вспышек инфекционных заболеваний из-за невымытых рук, при этом более 85% пострадавших в этих вспышках – дети.

Мытье рук – ключевой компонент профилактики целого ряда инфекций, включая острые кишечные, грипп и другие респираторные инфекции, в том числе новый коронавирус.

#### **Моем-моем трубочиста**

Очень важно знать, как правильно мыть руки. Следуйте этим простым правилам:

Снимите украшения, закатайте рукава.

Смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла.

Тщательно намыливайте руки в течение не менее 30 секунд.

Обильно ополосните теплой водой руки, чтобы удалить мыло.

Просушите руки.

Сушка рук имеет важное значение – руки высушивают, промокая их салфеткой однократного использования или сухим полотенцем. Убедитесь, что ваши руки полностью высохли.

Когда вы находитесь в общественном туалете, используйте бумажное полотенце, чтобы открыть и закрыть дверь в туалетную комнату и нажать на кнопку сливного бачка.

#### **Когда мыть руки?**

##### До:

приготовления еды;

приема пищи;

надевания контактных линз и нанесения макияжа;

прикосновения к области инфекции кожи, ранам и другим поврежденным кожным покровам;

проведения манипуляций медицинского характера.

##### После:

приготовления еды;

обработки загрязненного белья;

ухода за больными;

уборки и работы по дому и в саду;

кашля, чихания или рвоты;

контакта с домашними и любыми другими животными;

работы, учебы, пребывания на открытом воздухе и в общественных помещениях;

занятий спортом;

прикосновения к области инфекции кожи и кожных ран;

посещения туалета;  
контакта с деньгами;  
работы за компьютером и другой оргтехникой;  
поездки в общественном транспорте.  
Мойте руки и будьте здоровы!



Федеральная служба  
по надзору в сфере защиты прав потребителей и  
благополучия человека

Руководителям Управлений образования

**ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ  
УПРАВЛЕНИЯ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО  
НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ  
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ПО НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ В  
ГОРОДСКОМ ОКРУГЕ ГОРОД  
ШАХУНЬЯ, ТОНШАЕВСКОМ, ТОНКИНСКОМ,  
ШАРАНГСКОМ, ВЕТЛУЖСКОМ, УРЕНСКОМ РАЙОНАХ**

606910, Нижегородская обл. г. Шахунья,  
ул. Коминтерна, 78  
Телефон: (83152) 2-23-55  
Факс: (83152) 2-23-63  
E\_mail: fy260@mts-nn.ru

от

На № \_\_\_\_\_

Информация для размещения на сайте

Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Нижегородской области в городском округе город Шахунья, Тоншаевском, Тонкинском, Шарангском, Ветлужском, Уренском районах (далее территориальный отдел) направляет информацию для размещения на сайтах образовательных организаций на тему: «Зачем нужно мыть руки». О проделанной работе просим проинформировать нас.

Приложение на 1л в 1экз.

Главный государственный  
санитарный врач по городскому  
округу город Шахунья,  
Тоншаевскому, Тонкинскому,  
Шарангскому, Ветлужскому,  
Уренскому районам  
Нижегородской области

\_\_\_\_\_ Д.П.Плотников

Исп. Горюнова Е.А. 88315222351

## **Зачем нужно мыть руки?**

### *Профилактика инфекций*

Пренебрегая правилами гигиены рук, легко подхватить сальмонеллу, стафилококк, ботулотоксины, ротавирусы и других возбудителей пищевых инфекций. Симптомы отравления проявляются как сразу после еды, так и спустя несколько часов или даже дней. Чаще всего это тошнота, рвота, головная боль, диарея и боли в животе. В более тяжелых случаях отмечаются лихорадка, бред, судороги, затемнение сознания. Если своевременно не обратиться за медицинской помощью, исход может быть трагичным.

Установлено, что частое мытье рук с мылом родителями способствует снижению смертности среди детей раннего возраста от острых респираторных инфекций на 20% и от острых кишечных инфекций на 50%. Грязные руки являются фактором передачи целого спектра инфекционных и паразитарных заболеваний, в том числе дизентерии, гепатита А, брюшного тифа, норо- и ротавирусных инфекций, глистных инвазий. Передача осуществляется как напрямую, так и опосредованно через контаминированные поверхности, мягкие игрушки и средства обихода.

Согласно данным Роспотребнадзора, в среднем за год происходит более 300 вспышек инфекционных заболеваний из-за немытых рук, при этом более 85% пострадавших в этих вспышках – дети.

Мытье рук – ключевой компонент профилактики целого ряда инфекций, включая острые кишечные, грипп и другие респираторные инфекции, в том числе новый коронавирус.

#### **Моем-моем трубочиста**

Очень важно знать, как правильно мыть руки. Следуйте этим простым правилам:

Снимите украшения, закатайте рукава.

Смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла.

Тщательно намыливайте руки в течение не менее 30 секунд.

Обильно ополосните теплой водой руки, чтобы удалить мыло.

Просушите руки.

Сушка рук имеет важное значение – руки высушивают, промокая их салфеткой однократного использования или сухим полотенцем. Убедитесь, что ваши руки полностью высохли.

Когда вы находитесь в общественном туалете, используйте бумажное полотенце, чтобы открыть и закрыть дверь в туалетную комнату и нажать на кнопку сливного бачка.

#### **Когда мыть руки?**

##### До:

приготовления еды;

приема пищи;

надевания контактных линз и нанесения макияжа;

прикосновения к области инфекции кожи, ранам и другим поврежденным кожным

покровам;

проведения манипуляций медицинского характера.

##### После:

приготовления еды;

обработки загрязненного белья;

ухода за больными;

уборки и работы по дому и в саду;

кашля, чихания или рвоты;

контакта с домашними и любимыми другими животными;

работы, учебы, пребывания на открытом воздухе и в общественных помещениях;  
занятий спортом;  
прикосновения к области инфекции кожи и кожных ран;  
посещения туалета;  
контакта с деньгами;  
работы за компьютером и другой оргтехникой;  
поездки в общественном транспорте.  
Мойте руки и будьте здоровы!