

5 мая - Всемирный день гигиены рук: важность чистоты для здоровья населения

5 мая отмечается Всемирный день гигиены рук. В этот день Роспотребнадзор напоминает, что регулярное и тщательное мытье рук является одним из самых простых и эффективных способов защитить себя и окружающих от инфекционных заболеваний. Однако этому важному правилу гигиены зачастую уделяется недостаточно внимания.

С 2009 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) проводит глобальную кампанию «Спасайте человеческие жизни: соблюдайте чистоту рук», направленную на повышение осведомленности о важности и гигиене рук в различных сферах жизни. Дата 5 мая выбрана неслучайно: она символизирует пять пальцев на каждой руке человека.

В 2025 году Всемирный день гигиены рук проходит под девизом «Чистые руки спасают жизнь!». Этот девиз призывает всех принимать активные меры по соблюдению гигиены рук, особенно в условиях пандемии и постоянной угрозы инфекционных заболеваний. Эффективная гигиена рук должна осуществляться с использованием правильной техники и доступных средств. Достаточно мыть руки обычным мылом, чтобы избежать множества заболеваний.

Специалисты рекомендуют мыть руки водой с мылом в течение 40-60 секунд, особенно после посещения туалета и перед едой. Если доступ к воде и мылу ограничен, рекомендуется использовать кожные антисептики или специальные очищающие салфетки.

Простое действие – мытье рук с мылом и водой – позволяет снизить уровень кишечных заболеваний более чем на 40%, а респираторных инфекций – почти на 25%.

Важно отметить, что соблюдение гигиенических процедур имеет огромное значение для сохранения здоровья и благополучия населения.

Роспотребнадзор призывает всех помнить о важности гигиены рук в повседневной жизни. Чистота рук – это залог здоровья, который может спасти жизнь!