

# CC HP

## 講義 #4.1 洗手

洗手是防止你和兒童感染傳染性疾病的最重要的一項措施。

**當托兒工作者，兒童和父母在適當的時候用適當的方法洗手可以大量減少在托兒所內發生傳染病的機會。**

在托兒所，你可以用液體肥皂洗手。這會比較容易，而且更經濟。特別經過多人使用，固體肥皂經常被放在有水的肥皂盒內。因為固體肥皂通常是濕的，這使它成為細菌滋生和繁殖的好地方。

什麼時候應該洗手？

什麼時候洗手和是否經常洗手比是否用肥皂洗手更重要。

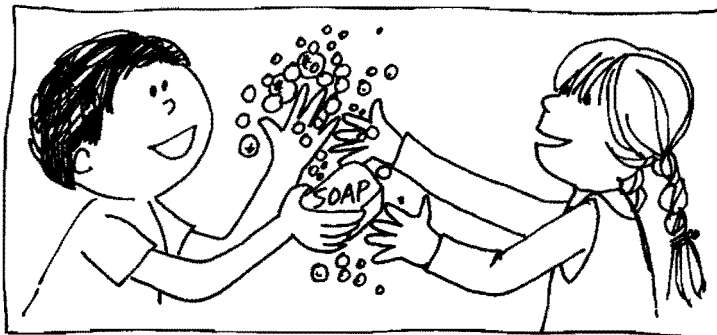
**托兒工作者、兒童和父母應該在：**

**之前  
和之後：**

- 吃 / 喝或處理食物
- 喂小孩
- 用藥（特別是滴眼藥水，擦軟膏等等。）
- 和一個以上的人嬉水

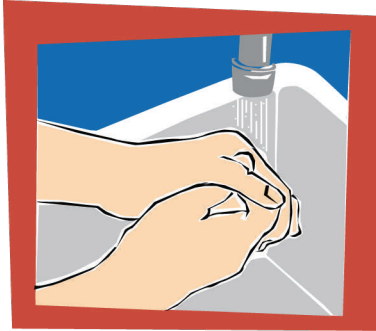
**之後：**

- 上廁所，換尿布和幫助小孩上廁所
- 處理體液，例如血液、尿、糞便、嘔吐物、口水、粘液等等。（包括擦鼻子）
- 清理或處理垃圾
- 在戶外遊戲或工作
- 接觸過寵物和其它動物、他們的籠子、或寵物的其它物品
- 接觸過病童，特別是有皮膚損害的症狀
- 接觸過未經烹調的食物、特別生肉和家禽
- 處理用過的手套
- 手明顯是污穢的





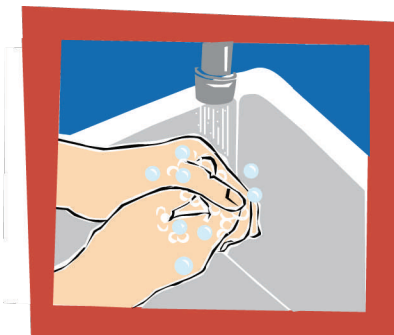
# 洗手



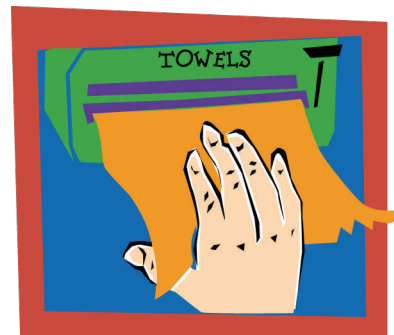
1. 把手洗濕，使用肥皂。用溫的流動水，不要把洗手盆塞住。最好使用液體肥皂。



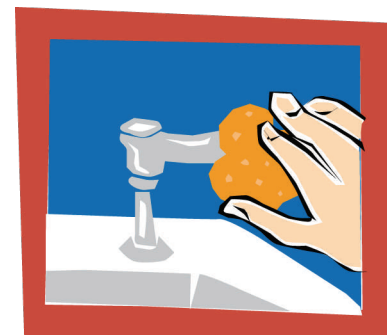
2. 把手放在一起擦洗最少10秒。擦洗所有的表面，包括手背、手腕、手指之間和指甲下面。



3. 用流動水沖洗直到清洗所有的污物和肥皂。



4. 用一張新的紙巾擦乾手。



5. 用紙巾隔著關掉水。你必需用紙巾把你乾淨的手和水龍頭隔開。



6. 把用過的紙巾丟在一個有垃圾袋的腳踏式有蓋的垃圾桶內。