

甚麼時候應潔手？

- 在接觸眼、鼻及口前
- 進食及處理食物前
- 如廁後、打噴嚏及咳嗽後
- 一般情況下，當雙手有明顯污垢或被血液沾污、如廁後，應用梘液及清水洗手。
- 雙手沒有明顯污垢時，可用含70-80%酒精搓手液消毒雙手。



甚麼時候應戴口罩？

- 生病時
- 照顧病人時
- 或在流感高峯期時戴口罩，可減低受感染的風險

正確佩戴口罩



- 選擇適當尺碼口罩
- 鐵線向上，摺痕向下
- 口罩完全覆蓋鼻、口和下巴



洗手歌

洗手七步曲

