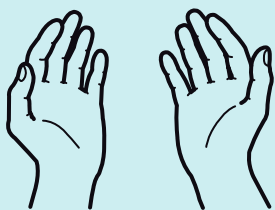


Nasveti za umivanje rok

Integracija
geriatrične
oskrbe starejših

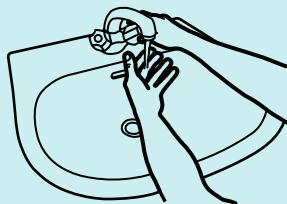


0



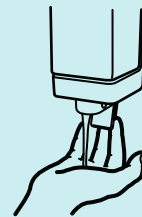
Pred umivanjem vedno odstranimo ves nakit.

1



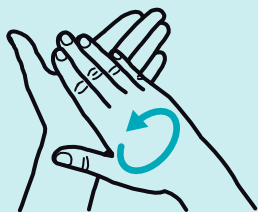
Roke najprej zmočimo pod tekočo vodo.

2



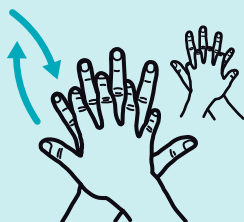
Roke namilimo. Postopek miljenja rok traja vsaj eno minuto.

3



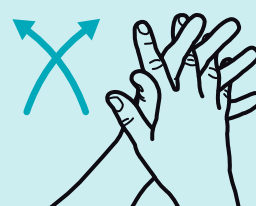
Milimo dlan ob dlan.

4



Z desno dlanjo milimo hrbtišče leve roke in obratno.

5



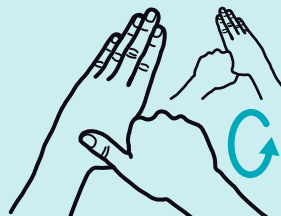
S prsti ene roke milimo med prsti druge roke.

6



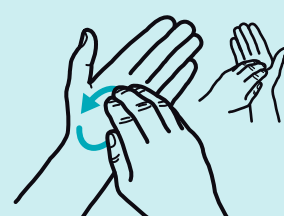
S sklenjenimi rokami milimo z dlanjo proti dlani.

7



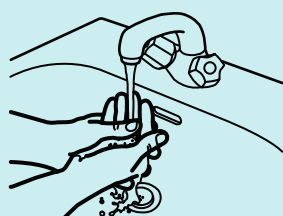
Z dlanjo krožno milimo stegnen palec druge roke. Ponovimo na drugem palcu.

8



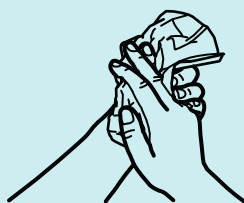
Konice prstov ene roke namilimo s krožnimi gibi v obe smeri po dlani druge roke. Ponovimo na drugi roki.

9



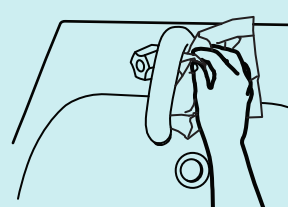
Roke temeljito speremo pod tekočo vodo.

10



Roke dobro osušimo s papirnato brisačo.

11



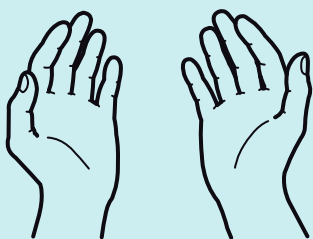
Pipo zapremo s komolcem ali papirnato brisačo.

Higiensko razkuževanje rok

Integracija
geriatrične
oskrbe starejših



1



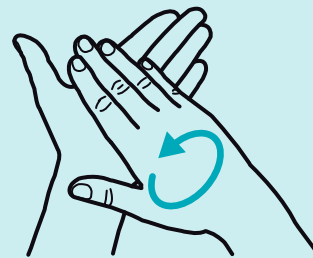
Pred razkuževanjem vedno odstranimo ves nakit.

2



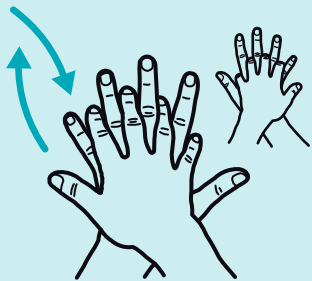
Na suhe roke s 3-kratnim pritiskom (najmanj 3 ml) naneseemo razkužilo.

3



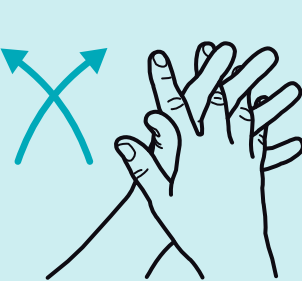
Krožno drgnemo dlan ob dlan.

4



S prekržanimi prsti drgnemo desno dlan preko leve roke in obratno.

5



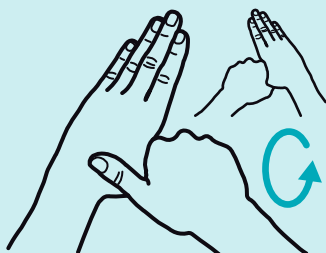
Drgnemo dlan ob dlan s prekržanimi prsti.

6



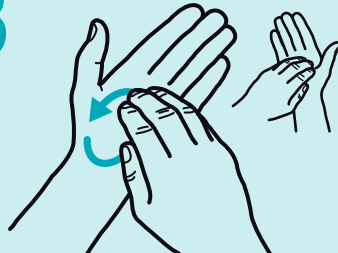
S sklenjenimi rokami drgnemo hrbtno stran prstov.

7



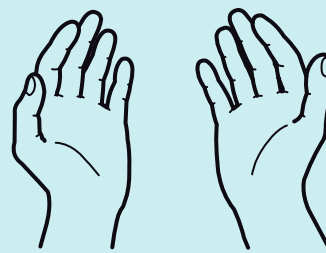
Z dlanjo krožno drgnemo stegnen palec druge roke. Ponovimo na drugem palcu.

8



Konice prstov ene roke drgnemo s krožnimi gibi v obe smeri po dlani druge roke. Ponovimo na drugi roki.

9



Razkužilo vtiramo toliko časa, dokler se ne posuši.

