

# Anleitung zum korrekten Händewaschen und Desinfizieren

Waschen Sie die Hände mindestens 15 Sekunden. Desinfizieren Sie die Hände mindestens 30 Sekunden.



1:  
Befeuchten Sie Hände und Handgelenke mit Wasser und Seife oder mit 2 ml Handdesinfektionsmittel.



2:  
Handfläche auf Handfläche reiben.



3:  
Rechte Handfläche über linken Handrücken reiben und umgekehrt.



4:  
Handfläche auf Handfläche legen und in den Fingerzwischenräumen verreiben.



5:  
Außenseite der Finger auf gegenüberliegender Handfläche reiben.



6:  
Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der linken Handfläche und umgekehrt.



7:  
Kreisendes Reiben der rechten Fingerkuppen in der linken Handfläche und umgekehrt.



8:  
Kreisendes Reiben beider Handgelenke.