



World Health Organization

கைகளை சுத்தம் செய்ய உலக சுகாதார நிறுவனம் பரிந்துரைக்கும் வழிமுறைகள்



கைகளை தண்ணீரில் நன்றாக நனைக்கவும்.



தேவையான அளவு சோப்பினை உபயோகிக்கவும்.



உள்ளங்கைகளை ஒன்றோடு ஒன்று தேய்க்கவும்.



படத்திலுள்ளவாறு கைகளின் பின்புறம் தேய்க்கவும்.



உள்ளங்கைகளை ஒன்றோடு ஒன்று விரல்கள் கோர்த்தவாறு தேய்க்கவும்.



வலது கை விரல்களின் பின்புறம் இடது உள்ளங்கையில் வைத்து விரல்கள் கோர்த்தவாறு தேய்க்கவும்.



World Health Organization



படத்தில் உள்ளவாறு கைகளின் பெருவிரலை சுத்தம் செய்யவும்.



படத்தில் காட்டியவாறு முள்ளும் பின்னும்மாக விரல்களை உள்நாங்கைகளை சுத்தப்படுத்தவும்.



கைகளை தண்ணீரில் கழுவிடவும்.



கைகளை தூய்மையான துவாலையால் துடைக்கவும்.



துவாலையால் தண்ணீர்க் குழாயை அடைக்கவும்.



தூய்மையாகவும் பாதுகாப்பாகவும் உங்கள் கைகள்

ஒவ்வொரு முறை உணவு உண்ணும் முன்பும் மேற்கண்டவாறு கைகளை சுத்தம் செய்வதை கடைபிடிக்கவும்.