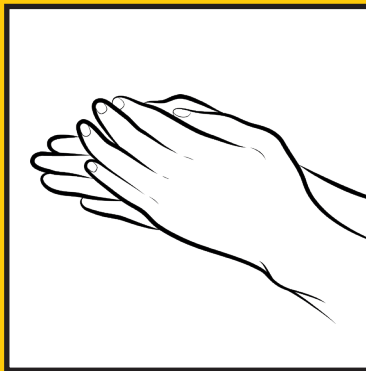


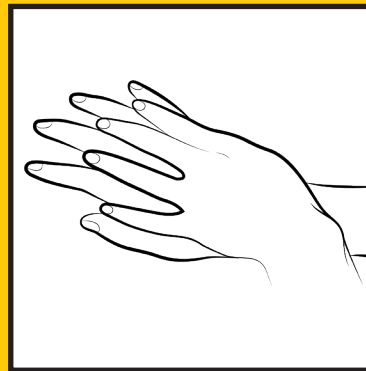
# HYGIENISCHE HÄNDEDESINFEKTION

## Wie desinfiziere ich meine Hände richtig?

- Nehmen Sie immer ausreichend Desinfektionsmittel
- Die Hände sollten für mind. 30 Sekunden feucht gehalten werden
- Wiederholen Sie die Schritte nacheinander, bis zum Erreichen der Einreibedauer
- Achten Sie immer auf Problemzonen der Hand, wie z.B. die Fingerkuppen



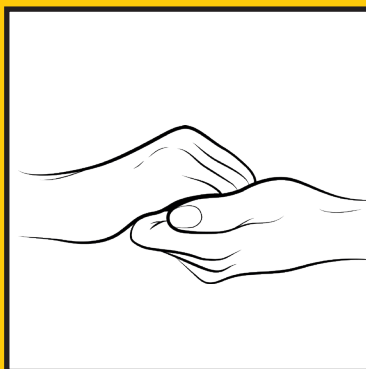
**Handfläche auf Handfläche:**  
Aufeinanderlegen und reiben, zusätzlich auch die Handgelenke. Die Hände sind über den gesamten Zeitraum feucht zu halten.



**Handrücken:**  
Rechte Handfläche auf linken Handrücken legen und kreisend reiben. Zwischenräume der Finger nicht vergessen. Dann wechseln der Hände und von vorne beginnen.



**Zwischenräume innen:**  
Handfläche auf Handfläche und mit gespreizten, verschränkten Fingern die Zwischenräume der Finger aneinander reiben.



**Zwischenräume außen:**  
Außenseite der verschränkten Finger auf der gegenüberliegenden Handflächen reiben.



**Daumen:**  
Daumen jeweils mit geschlossener Handfläche kreisend reiben.



**Fingerspitzen:**  
Fingerkuppen der rechten Hand kreisend in der linken Handfläche reiben. Dann wechseln der Hände und von vorne beginnen.