

Sprawdź czy prawidłowo dbasz o higienę swoich rąk.

LOW NFZ zachęca do zapoznania się z instrukcją prawidłowego mycia rąk. Brudne ręce są przyczyną licznych chorób. Wystarczy odruchowo dotknąć nieumytymi rękami okolic oczu, nosa czy ust i jesteśmy narażeni na ogromne ryzyko infekcji. Mycie rąk to najprostsza i jedna z najbardziej skutecznych metod zapobiegania zatruciom pokarmowym, grypie, chorobom pasożytniczym i skórny. Niestety często jest bagatelizowana. Bardzo ważne jest to, by myć ręce regularnie. W załączeniu ulotka Światowej Organizacji Zdrowia.