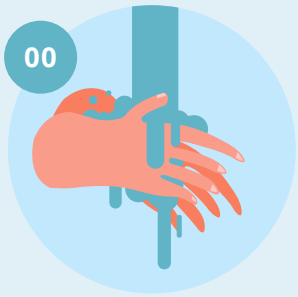
新型冠状病毒

COVID-19

洗手步骤

整个过程的持续时间：20秒



把手弄湿

用足够的肥皂覆盖手的所有表面

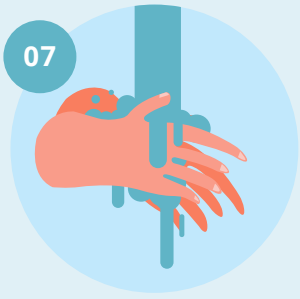
手掌相互擦洗

手指交叉，掌心对掌心搓揉

用右手掌心对左拇指旋转搓揉，反之亦然

右手的手指尖在左手掌心中旋转的前后搓揉，反之亦然

用右手清洗左手腕，反之亦然



用水冲洗双手

用一次性毛巾擦干手

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 1979-2019

120 anos DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde

新型冠状病毒

COVID-19

洗手步骤

(含酒精的溶液)

整个过程的持续时间: **20秒**

01

将产品涂在一手上形成贝壳状，并覆盖手的所有表面

02

手掌相互擦洗

03

手指交叉，右掌心对左手背搓揉，反之亦然

04

手指交叉，掌心对掌心搓揉

05

用右手掌心对左拇指旋转搓揉，反之亦然

06

右手的手指尖在左手掌心中旋转的前后搓揉，反之亦然

做一名公共卫生代理人

分享COVID-19的相关信息和良好做法

REPÚBLICA PORTUGUESA
SAÚDE

40 ANOS SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE 1979-2019

120 ANOS DGS desde 1899 Direção-Geral da Saúde