

# Jak prawidłowo używać rękawic ochronnych

Podczas pandemii koronawirusa szczególnie ważne jest minimalizowanie ryzyka przy wykonywaniu codziennych czynności, przykładem może być robienie zakupów.



## Jak prawidłowo nałożyć i zdjąć rękawice



Przed nałożeniem na dłonie rękawic **dokładnie umyj ręce wodą z mydłem** przez minimum 20 sekund

**ZAKŁADANIE:**

- 

Wymij rękawicę z opakowania
- 

Uchwyć ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsuń ją na dłoń
- 

Nałóż pierwszą rękawicę
- 

Drugą rękawicę wymij gołą dłonią
- 

Odwiń zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż na drugą rękę

**ZDJEMOWANIE:**

- 

Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka i ściągnij ją wywracając rękawicę wewnętrzną stroną na wierzch
- 

Trzymaj zdjętą rękawicę w ręce w rękawiczce i ruchem ślizgowym włóż palce gołej ręki między rękawicę a nadgarstek. Zdejmij drugą rękawicę zdejmując ją wzdłuż dłoni, a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę
- 

Wrzuć zdjęte rękawice do kosza



**Nie wrzucaj rękawiczek do toalety!**



**Nie dotykaj twarzy w rękawiczkach!**

Główny Inspektorat Sanitarny  /GIS\_gov  /GISgovpl  /GIS\_gov\_pl  /gis.gov.pl

Rekomendujemy do zapoznania się z instrukcją prawidłowego zakładania i ściągania rękawic ochronnych.

Temat wydaje się prosty, jednak wiele osób robi to niewłaściwie, a co za tym idzie nie zapewnia sobie i innym ochrony przed zakażeniem.

**Instrukcja zakładania rękawic ochronnych (na podstawie instrukcji WHO):**

- Przed nałożeniem na dłonie rękawic dokładnie umyj ręce wodą z mydłem lub odkaż je preparatem na bazie alkoholu (powyżej 60%).
- Po wyjęciu rękawic z opakowania uchwycić ją w miejscu, w którym powinien znajdować się nadgarstek i płynnym ruchem wsunąć ją na dłonie.
- Ważne, by przy zakładaniu rękawic nie dotknąć skóry przedramienia, dlatego drugą rękawicę wyjmij gołą dłonią odwrotną zewnętrzną powierzchnię nakładanej rękawicy zgiętymi palcami dłoni w rękawicy i nałóż na drugą rękę.

#### **Instrukcja zdejmowania rękawic ochronnych (na podstawie instrukcji WHO):**

- Złap palcami jedną rękawicę na wysokości nadgarstka w taki sposób, by nie dotykać skóry przedramienia, następnie należy wyrócić ją wewnętrzną stroną na wierzch.
- Po zdjęciu pierwszej rękawicy trzymaj ją w drugiej ręce, do której przyłóż palce, wsuwając je między rękawiczkę a nadgarstek i zdejmij ją wzdłuż dłoni, a następnie naciągnij na trzymaną w palcach rękawicę.
- Zdjęte rękawiczki wyrzucić do kosza i dokładnie umyj ręce wodą z mydłem lub odkaż je preparatem na bazie alkoholu (powyżej 60%).

Dodana: 9 kwiecień 2020 14:49