



INDICAZIONI PER L'UTENZA: PERCHE' LAVARSI LE MANI?



Lavare frequentemente le mani è importante per la prevenzione delle infezioni, in particolare modo in alcune situazioni che espongono ad un maggior rischio di entrare in contatto con virus, batteri e altri microrganismi presenti nell'ambiente.

Il lavaggio delle mani ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso un'azione meccanica. Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone. In assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (Amuchina gel), a base alcolica.

Se si usa il sapone è importante frizionare le mani per almeno 40-60 secondi. Se il sapone non è disponibile usare una soluzione idroalcolica per almeno 20-30 secondi.

Inoltre è importante non abusare di questi prodotti, in quanto il loro uso frequente e prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di alcune sostanze contenute nelle soluzioni, oltre a indebolire le difese naturali della cute, aumentando il rischio di contrarre infezioni.

È importante lavarsi le mani:

Prima

- di toccarsi occhi/naso/bocca (per es., per fumare, usare lenti a contatto, lavare i denti, etc.)
- di mangiare
- di assumere farmaci o somministrare farmaci ad altri

Prima e dopo

- aver maneggiato alimenti, soprattutto se crudi
- aver usato i servizi igienici,
- aver medicato o toccato una ferita
- aver cambiato il pannolino di un bambino
- aver toccato una persona malata
- aver toccato un animale

Dopo

- aver frequentato luoghi pubblici (negozi, ambulatorio, stazione, palestra, scuola, cinema, bus, ufficio, etc.) e, in generale, appena si rientra in casa
- aver maneggiato la spazzatura
- aver utilizzato soldi
- aver toccato altre persone



E' buona abitudine, inoltre, tossire/starnutire nella piega del gomito, per evitare di contaminare le mani con cui successivamente si possono trasmettere i propri microrganismi (toccando ad esempio il cellulare, la maniglia di una porta, etc.). Infine, si raccomanda di utilizzare fazzoletti monouso per soffiare il naso, possibilmente eco-sostenibili, e di smaltirli nei rifiuti, e lavarsi le mani, subito dopo l'uso.