С детства нам твердят: "Мойте руки перед едой". Давайте разбираться, зачем мыть руки?  
  
✅Руки необходимо мыть не менее 20 секунд!  
  
✅В течение дня человек контактирует с множеством предметов: поручни в общественном транспорте, кнопки лифта, деньги. Таким образом, на руки переносятся тысячи бактерий, которые могут быть переносчиками болезней "грязных рук". Вымытые руки помогают уберечь организм от дизентерии, холеры, сальмонеллеза, гепатита, ротовирусных инфекций и других.  
  
✅В 20% случаях заражение ОРВИ и гриппом происходит через руки.  
  
✅Мыло обязательно! Руки недостаточно ополоснуть водой. Намылив руки, мы интенсивно трем их друг об друга. Эти действия помогают смыть бактерии, жир и грязь