

บนมือเราพบอะไรได้บ้าง

มีเชื้อโรคอยู่หลายสปีชีส์ ที่อาศัยอยู่บนมือของเรา แม้ว่ามือนั้นจะยังดูสะอาดไม่เปรอะเปื้อนก็ตาม เชื้อส่วนใหญ่มาจากการสัมผัส มักเป็นเชื้อก่อโรคที่ทำให้เกิดโรคติดเชื้อที่รุนแรง ก่อเกิดอันตรายถึงชีวิต

หากเราไม่ล้างมือจะเกิดอะไรขึ้น

ท่านอาจจะนำเชื้อที่ติดมือท่านเข้าสู่ร่างกายทางตา จมูก ปาก ตัวอย่างโรคเหล่านั้นได้แก่ ไข้หวัดใหญ่ ตับอักเสบบเอ อหิวาห์ บิด พยาธิ ตาแดง หิด เหา เริ่ม

แล้วจะมีการป้องกันอย่างไร

วิธีการง่ายๆ ที่ลงทุนน้อยและได้ผลตอบแทนมาก ในการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อที่ผ่านทางมือก็คือ "การล้างมือ"



ฝ่ามือถูฝ่ามือ



ฝ่ามือถูหลังมือ



ประกบฝ่ามือถูซอกนิ้ว



ฝ่ามือขัดหลังนิ้ว



ถูนิ้วหัวแม่มือโป้ง



ขัดฝ่ามือด้วยปลายนิ้ว



ถูรอบข้อมือ

ล้างมือถูกวิธี 7 ขั้นตอน



สุขภาพดี...

เริ่มต้นที่มือเรา