

# Saugokite save ir kitus nuo susirgimų

## Plaukite rankas

- nusikosėję ar nusičiaudėję
- jei slaugėte sergantį žmogų
- prieš gamindami maistą ir jį pagaminę
- prieš valgį
- pasinaudoję tualetu
- kai rankos yra vizualiai nešvarios
- palietę įpjovimus, pūsleles ar kitas atviras žaizdas
- jei rankos nėra vizualiai nešvarios, galite naudoti alkoholio pagrindu pagamintas rankų dezinfekavimo priemones

