

Опасные жители рук

У человека руки – это своеобразное «временное жилище» огромного числа опасных для человеческого здоровья микроорганизмов, которые могут вызвать разнообразные заболевания:

Интересно!

- Ученые выяснили, что на женских руках микробов и бактерий гораздо больше, чем на руках у мужчин. Различие в количестве патогенной микрофлоры на руках объясняется разной кислотностью кожи (у женщин она ниже), различным потоотделением и гормональным фоном.
- По данным исследований, на грязных руках можно обнаружить до нескольких сотен миллионов микроорганизмов, которые вызывают грипп, вирусные гепатиты и серьезные кишечные инфекции.
- У тех, кто занимается физическим трудом, руки гораздо чище, чем у офисных работников.
- Самыми «грязными» предметами являются общие телефоны, письменные столы, кнопки лифта, а также дверные ручки и выключатели света.
- Процедура простого мытья рук с мылом помогает удалить с поверхности кожи до 90% микроорганизмов.
- Европейскими исследователями было установлено, что лишь половина мужчин и только три четверти женщин моют руки после посещения туалета.
- Для постоянного использования дома рекомендуется отдавать предпочтение обычному мылу без антибактериальных свойств.

Гигиена рук: Что это?

Гигиена рук, несомненно, обязательна, ведь своевременное качественное мытье рук с антибактериальным хорошим мылом считается очень эффективным способом уничтожения опасных микробов, что защитит семью каждого из нас от разных инфекций. Даже опасную эпидемию можно пережить, не заразившись, если четко следовать правилам мытья рук.

Правила несложны, но, соблюдать их с особой тщательностью, мало кто стремится. А ведь от того насколько качественно были вымыты руки, зависит Ваше здоровье.

Очень важно соблюдать и правила мытья рук, поскольку важно хорошо и тщательно мыть руки с мылом. Мыть руки следует не меньше полминуты, а лучше намылить и смыть руки несколько раз, не забывая вымывать грязь из-

под ногтей. В конце следует всегда вытирать руки насухо. Помните, чистые руки – залог здоровья вас и ваших деток.