

# 洗手

濕  
溫水



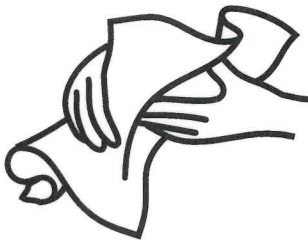
洗  
二十秒



沖洗



乾



在準備拿食物之前，或其它必要的時候，要時常洗手

在以下情況下必須洗手：

- 用完擱~手間後
- 觸摸了生肉，魚或蛋或其它由動物來的食物
- 在準備食物時被其它事情打斷後（如接電話，開門或者開抽屜）
- 抽煙
- 觸摸了不干淨的碟子，餐具或器件後
- 倒完垃圾後
- 摸自己的鼻子，咀巴或其它部分後
- 打噴嚏咳嗽之後
- 換尿片後
- 觸摸寵物後

用肥皂來洗擦你的手

用乾布或紙手巾來擦乾你的手

以上資料由麻省大學校外營養教育課提供，由美國食物和醫藥管理部門和麻省食物衛生教育合作社贊助。美國農業合作部門。麻省大學校外部在教育 and 聘用制度上提供平等的機會。