



## اطلاعیه شماره ۱۵

۱- با توجه به شیوع عفونت های حاد تنفسی (کورونا ویروس جدید= COVID19) در مناطق مختلف دنیا آخرین آمار مبتلایان به این عفونت طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی تا تاریخ ۱۹ فوریه ۲۰۲۰ (۳۰ بهمن ماه ۱۳۹۸) به شرح ذیل می باشد:

کل مبتلایان در سطح جهان: ۷۲۲۰۴ مورد

مبتلایان در کشور چین: ۷۴۲۸۰ مورد (۲۰۰۶ مورد مرگ در کشور چین)

مبتلایان در خارج از چین: ۹۲۴ مورد در ۲۵ کشور (۳ مورد مرگ)

۲- مهمترین توصیه بهداشتی جهت پیشگیری از ابتلا به عفونت های حاد تنفسی (کورونا - آنفلوانزا) رعایت بهداشت دست می باشد. نحوه صحیح شستن دستها به این صورت می باشد:

دستها باید با آب گرم و صابون مایع به مدت ۱۵ تا ۲۰ ثانیه طبق دستورالعمل زیر شسته شود:

۱- دستها را مرطوب کنید.

۲- از صابون مایع استفاده کنید.

۳- کف دست ها را خوب به هم بمالید.

۴- انگشتان را بشویید.

۵- مچ ها را بشویید.

۶- شست را بشویید.

۷- بین انگشتان را بشویید.

۸- آبکشی کنید.

۹- با دستمال کاغذی خشک کنید.

۱۰- شیر آب را با همان دستمال ببندید.

  
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان زنجان  
معاونت بهداشت

## روش صحیح شستن دستها

### در ۱۰ مرحله

- 

دستها را خیس کرده و بعد آنها را به صابون آغشته کنید
- 

کف دستها را با هم بشوید.
- 

بین انگشتان را از قسمت پشت دست بشوید.
- 

بین انگشتان را از قسمت کف دست بشوید.
- 

نوک انگشتان را در هم گره کرده و به خوبی بشوید.
- 

شستها را جداگانه و دقیق بشوید.
- 

خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشوید.
- 

دور مچ هر دو دست را بشوید.
- 

دستها را با دستمال خشک کنید.
- 

با همان دستمال شبر را ببندید و دستمال را در سطل زباله بیاندازید.