

Nggak mau kan tanganmu jadi Sarang Kuman?

Cuci tanganmu pakai sabun atau handscrub
biar kumannya nggak nempel lagi...



RUMAH SAKIT UMUM DAERAH

dr. DARSONO

KABUPATEN PACITAN

PANDUAN CUCI TANGAN



Jl. A. Yani No.51 Telp. (0357) 881410
Fax 883818 Pacitan 63511
Website : <http://rsud.pacitankab.go.id>
Email: rsud@pacitankab.go.id

TIM PKRS RSUD dr. DARSONO
KABUPATEN PACITAN

Tangan dan Penyakit

Tangan, terutama bagian telapak tangan dan jari adalah bagian dari tubuh kita yang paling sering bersentuhan dengan benda-benda sekitar. Sehingga tangan menjadi sarana memindahkan kuman dari satu tempat ke tempat yang lain.

6 Langkah Cuci Tangan

*) Tiap pola gerakan diulang 4 kali



1 Tuangkan cairan pembersih dan ratakan keseluruhan telapak tangan dengan pola gerakan memutar agar memudahkan penyebaran

2 Ratakan ke punggung tangan dan sela-sela jari dengan pola gerakan maju dan mundur

3 Gosok telapak tangan dan sela-sela jari dengan pola gerakan maju dan mundur

Tangan sering berhubungan langsung dengan mata, telinga, mulut dan mata. Perlu diketahui bahwa terdapat ratusan bakteri pada tangan kita. Oleh karena itu seringlah mencuci tangan dengan tata cara yang baik dan benar.



4 Buatlah pola kuncian pada tangan kemudian saling gosokkan punggung jari-jari tangan.

5 Genggam ibu jari (jempol), kemudian gosokkan dengan pola putar ibu jari pada genggaman tangan (lakukan hal ini pada tangan satunya).

6 Buat pola kerucut pada tangan dan gosokkan kuku-kuku pada tengah telapak tangan (lakukan hal ini pada tangan satunya)

