

# PODÁNÍM RUKOU SE INFEKCE ŠÍŘÍ ČASTĚJI, NEŽ LÍBÁNÍM



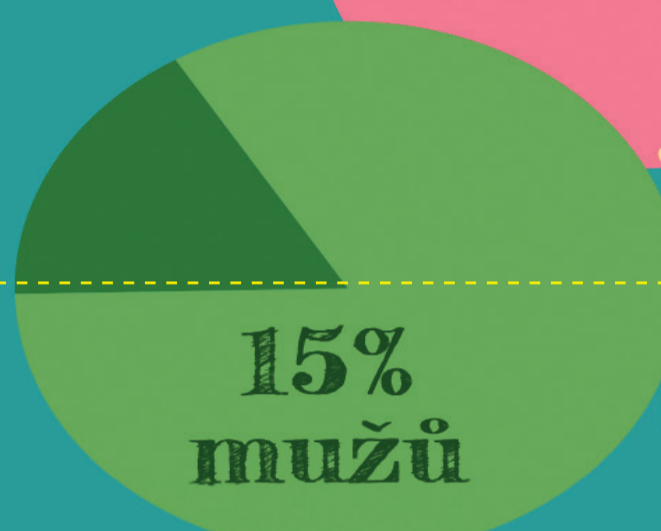
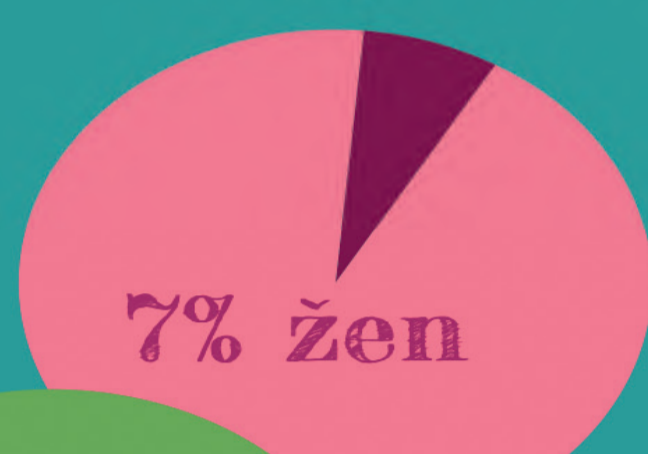
Mytí rukou je nejjednodušším preventivním opatřením infekčních nemocí, když je provedeno správně.



**80%** všech infekčních nemocí se šíří rukama

správnou hygienou lze snížit respirační onemocnění o **16%**

**95%** lidí si myje ruce nesprávně



50% mužů nepoužívá mýdlo.

**2x** více mikrobů po použití WC

Ruce si myjte **15-20 sekund**



*Chci mít čistý domov*

Kdy si umýt ruce?



po použití hromadné dopravy



po přebalení dítěte



před, při a po přípravě jídla



po smrkání, kašlání, a kýchání



před konzumací jídla



po kontaktu se zvířetem i jeho exkrementy



po použití toalety



před a po ošetření rány



po použití nákupního vozíku



po vynesení odpadků

1 ze 6 telefonů  
**10%** kreditních karet  
**14%** bankovek a mincí  
je kontaminovaných fekálními bakteriemi

bakterie zdvojnásobují svůj počet přibližně každých 20 minut

počítačová myš je **3x** špinavější, než toaletní prkénko, klávesnice až **5x**

