

Rửa Tay

Như Thế Nào



Khi Nào

Rửa tay trước khi bạn nấu ăn hoặc rửa thường xuyên khi cần

Rửa tay sau khi bạn:

- ▶ đi phòng vệ sinh ra
- ▶ cầm thịt sống, gà vịt, cá, trứng hoặc các loại thực phẩm từ súc vật
- ▶ tạm ngưng nấu nướng (chẳng hạn như để trả lời điện thoại, mở cửa hoặc mở ngăn tủ)
- ▶ hút thuốc
- ▶ cầm nắm vào đĩa, đồ dùng hoặc dụng cụ dính đất bẩn
- ▶ đổ thùng rác
- ▶ sờ vào mũi, miệng hay bất cứ phần nào trên thân thể bạn
- ▶ hắt hơi hoặc ho
- ▶ thay tã em bé
- ▶ sờ mó vào gia súc chó mèo

Hãy dùng xà bông chà sát vào tay bạn.

Dùng khăn vải sạch hoặc giấy lau tay để lau khô tay bạn.

Phát triển do Chương Trình Giáo Dục Dinh Dưỡng của UMass Extension với sự yểm trợ của Cơ Quan Quản Trị Lương Thực & Thuốc Men Hoa Kỳ (U.S. Food & Drug Administration) phối hợp với Cơ quan Giáo Dục Về An Toàn Thực Phẩm của MA (MA Partnership for Food Safety Education). Với sự hợp tác của Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ (United States Department of Agriculture Cooperating). UMass Extension tạo cơ hội bình đẳng trong các chương trình và tuyển dụng việc làm.



**UMASS
EXTENSION**