

## Consigli per la pulizia delle mani

L'attività più importante che un passeggero di crociera possa compiere per evitare la diffusione del Norovirus (virus Norwalk-simile) consiste nel lavarsi le mani spesso ed accuratamente.

- ❖ Lavarsi le mani dopo:
  - Aver usato i servizi igienici
  - Aver tossito o starnutito nelle mani
  - Aver compiuto qualsiasi attività che possa aver contaminato le mani
  
- ❖ Lavarsi le mani prima di:
  - toccare cibo
  - Mangiare o bere
  - Fumare
  - Lavarsi i denti
  - Compiere qualsiasi attività che coinvolga il contatto delle mani con la bocca.
  
- ❖ Lavarsi le mani al rientro nella propria cabina.
  
- ❖ Lavarsi le mani spesso durante il giorno anche se si ritiene che non ce ne sia bisogno.

Lavarsi le mani attenendosi alla seguente procedura:

1. Bagnare le mani con acqua calda.
2. Dopo aver applicato una generosa quantità di sapone sulle mani, lavarle bene.
3. Strofinare per 20 secondi, prestando particolare attenzione alla zona infraditale e la pelle sotto le unghie.
4. Sciacquare le mani accuratamente con acqua calda.
5. Asciugare le mani con una salvietta monouso.
6. Usare la salvietta monouso per chiudere il rubinetto e aprire la porta.