
Қандай қилиб қўлларни тўғри ювиш керак?

1-қадам. Қўлингизни оқаётган сув билан намланг.

2-қадам. Нам қўлларга етарли миқдорда совун суриг.

3-қадам. Қўлларингизни бир-бирингизга ишқалаб, юзаларини, ички қисмини, бармоқлар орасини ва тирноқ остини камида 20 сония давомида ишқаланг.

4-қадам. Қўлларингизни оқаётган сув остида яхшилаб ювинг.

5-қадам. Қўлларингизни тоза мато ёки бир марта ишлатиладиган сочиқ билан қуритинг.

2020-03-25 19:40:17