

Số: 13 /KH - MNHM

Long Biên, ngày 03 tháng 4 năm 2026

KẾ HOẠCH

Tổ chức đợt cao điểm vệ sinh môi trường, khử khuẩn chủ động phòng, chống dịch Tay chân miệng tại trường năm 2026

Căn cứ Kế hoạch số 677/KH-KSBT ngày 30/3/2026 của Trung tâm kiểm soát bệnh tật Hà Nội về việc tổ chức đợt cao điểm vệ sinh môi trường, khử khuẩn chủ động phòng, chống bệnh Tay chân miệng trên địa bàn Hà Nội đợt tháng 3-4 năm 2026;

Trường mầm non Hoa Mai xây dựng Kế hoạch tổ chức đợt cao điểm vệ sinh môi trường, khử khuẩn chủ động phòng, chống bệnh Tay chân miệng tại trường năm 2026 như sau:

I. MỤC TIÊU:

- 100 % các CBGVNV, học sinh tổng vệ sinh môi trường và khử khuẩn chủ động phòng, chống dịch bệnh Tay chân miệng và các dịch bệnh khác.

- Nâng cao kiến thức thực hành của cán bộ, giáo viên, phụ huynh, người chăm sóc trẻ dưới 5 tuổi, học sinh trong việc thực hiện các biện pháp phòng, chống bệnh nói chung và bệnh Tay chân miệng nói riêng

II. THỜI GIAN VÀ ĐỊA ĐIỂM TRIỂN KHAI:

1. Thời gian: Tổ chức 2 đợt cao điểm làm vệ sinh môi trường, khử khuẩn chủ động phòng, chống dịch bệnh Tay chân miệng và các dịch bệnh khác cụ thể:

- Đợt 1: Ngày 03/4/2026

- Đợt 2: Từ ngày 15/8/2026 đến 12/9/2026

- Sau chiến dịch thì duy trì thường xuyên việc thực hiện vệ sinh hàng ngày và tổng vệ sinh vào chiều thứ 6 hàng tuần.

2. Địa điểm: Tại các lớp học, khu Hiệu bộ, khu vui chơi học tập cho trẻ, nhà bếp và khuôn viên quanh trường.

III. NỘI DUNG HOẠT ĐỘNG:

1. Công tác quản lý, chỉ đạo:

- Đồng chí Hiệu trưởng phân công đồng chí phó Hiệu trưởng nuôi dưỡng phối hợp với nhân viên y tế nhà trường xây dựng Kế hoạch tổ chức đợt cao điểm vệ sinh môi trường, khử khuẩn chủ động phòng, chống dịch bệnh tại trường học và phân công nhiệm vụ cụ thể cho các bộ phận để chủ động phòng, chống dịch.

- Thường xuyên giám sát công tác vệ sinh môi trường phòng chống dịch bệnh tại các lớp, các bộ phận và quanh khuôn viên trường học.

- Duy trì công tác vệ sinh hàng ngày, tổng vệ sinh môi trường, khử khuẩn vào thứ sáu hàng tuần.

2. Công tác tuyên truyền:

- Tuyên truyền tới 100% CBGVNV, phụ huynh học sinh về dịch bệnh Tay chân miệng và các biện pháp phòng chống bằng các hình thức: Họp, phát tờ rơi, đăng trên cổng thông tin, loa phát thanh của nhà trường...

- Triển khai các hình thức tuyên truyền về:

- Đối tượng có nguy cơ mắc bệnh tay chân miệng cao nhất là trẻ em dưới 5 tuổi.

+ Đường lây truyền của bệnh Tay chân miệng: Theo đường tiêu hoá hay tiếp xúc, chưa có vacxin phòng bệnh đặc hiệu, các biện pháp vệ sinh ăn uống, vệ sinh cá nhân, vệ sinh nơi sinh hoạt là việc hết sức cần thiết.

- Tuyên truyền các triệu chứng chính của bệnh: Sốt, viêm da, loét miệng, phỏng nước ở lòng bàn tay, lòng bàn chân, vùng mông, đầu gối đặc biệt các dấu hiệu thần kinh hoặc tim mạch như sốt cao, giật mình, lừ đừ, run chi, bứt rứt, khó ngủ, nôn nhiều, rung giật cơ, đi loạng choạng, da nổi vân tím, vã mồ hôi, tay chân lạnh, phát hiện sớm học sinh mắc bệnh và đưa đến cơ sở y tế kịp thời.

+ Tuyên truyền biện pháp thực hiện 3 sạch gồm: Ở sạch, bàn tay sạch và chơi đồ chơi sạch.

+ Thời gian cách ly khi bị bệnh : Học sinh mắc bệnh hoặc nghi ngờ mắc bệnh tay chân miệng phải đến cơ sở y tế để được khám, tư vấn và điều trị. Không đến lớp ít nhất là 10 ngày kể từ khi khởi bệnh và chỉ đến lớp khi hết loét miệng và phỏng nước.

3. Thực hiện rửa tay cho học sinh và đảm bảo vệ sinh ăn uống:

- Đảm bảo có xà phòng rửa tay cho học sinh, hướng dẫn cho học sinh thực hiện 6 bước rửa tay bằng xà phòng theo đúng quy định khi tay bẩn và rửa tay trước khi ăn.

- Cô giáo đảm bảo vệ sinh tay sạch trước khi chia thức ăn; trước và sau khi thay bỉm, vệ sinh cho trẻ.

- Đảm bảo công tác vệ sinh an toàn thực phẩm tại bếp ăn trong trường học theo đúng quy định của Bộ Y tế, ăn chín, uống chín, bát, thìa của trẻ phải được sạch sẽ trước khi sử dụng. Đảm bảo an toàn nguồn nước. Không cho trẻ dùng chung khăn, cốc... nhắc nhở trẻ không mút tay, ngậm, cho đồ chơi lên miệng.

4. Giám sát và theo dõi chặt chẽ sức khỏe học sinh:

- Chủ động giám sát, phát hiện sớm các trường hợp mắc bệnh tay chân miệng trong trường học. Giáo viên kiểm tra học sinh trước khi vào lớp, khi

chăm sóc trẻ để phát hiện sớm các trường hợp trẻ sốt, có nốt phỏng nước ở lòng bàn tay, bàn chân, đầu gối, mông, hoặc loét ở miệng.

- Khi phát hiện trẻ có dấu hiệu trên thì giáo viên yêu cầu cha mẹ đưa con đến các cơ sở y tế để được khám và hướng dẫn chăm sóc, điều trị cho trẻ; Đồng thời thông báo ngay với nhân viên y tế nhà trường và trạm y tế để kịp thời giám sát, điều tra tại cộng đồng, hướng dẫn gia đình cách ly, tiến hành khoanh vùng, xử lý theo quy định để tránh lây lan, bùng phát.

- Theo dõi học sinh nghỉ ốm để phát hiện ca bệnh, phối hợp với Trạm Y tế phường xử lý khi có ca bệnh để tránh lây lan và bùng phát.

IV. TỔ CHỨC THỰC HIỆN:

1. Đối với nhà trường:

- Chỉ đạo nhân viên y tế nhà trường tuyên truyền cụ thể về cách phòng, chống dịch bệnh đến giáo viên, nhân viên và phụ huynh bằng các hình thức: Tổ chức tập huấn, bài tuyên truyền tại bảng tin, loa phát thanh vào giờ đón trả trẻ, đăng công thông tin...

- Đảm bảo có xà phòng rửa tay cho học sinh, hướng dẫn cho học sinh thực hiện 6 bước rửa tay bằng xà phòng theo đúng quy định khi tay bẩn và rửa tay trước khi ăn.

- Cô giáo đảm bảo vệ sinh tay sạch trước khi chia thức ăn; trước và sau khi thay bỉm, vệ sinh cho trẻ.

- Đảm bảo công tác vệ sinh an toàn thực phẩm tại bếp ăn trong trường học theo đúng quy định của Bộ Y tế, ăn chín, uống chín, bát, thìa của trẻ phải được sạch sẽ trước khi sử dụng. Đảm bảo an toàn nguồn nước. Không cho trẻ dùng chung khăn, cốc... nhắc nhở trẻ không mút tay, ngậm, cho đồ chơi lên miệng.

- Chỉ đạo giáo viên lồng ghép nội dung tuyên truyền đến phụ huynh học sinh trong các buổi họp phụ huynh, trên zalo nhóm của lớp và trao đổi với phụ huynh trong các buổi đón, trả trẻ.

2. Đối với Ban chỉ đạo công tác y tế trường học:

- Phối hợp với giáo viên các lớp theo dõi sức khỏe của trẻ hàng ngày để phát hiện sớm các triệu chứng bệnh, xử trí kịp thời, tránh lây lan bệnh ra diện rộng.

3. Đối với giáo viên:

- Hàng ngày giáo viên chủ nhiệm có trách nhiệm theo dõi, phát hiện các trường hợp nghi ngờ mắc bệnh và báo cáo kịp thời cho ban chỉ đạo công tác phòng chống dịch bệnh trong nhà trường để có các biện pháp xử lý kịp thời.

- Giáo viên, người trực tiếp chăm sóc trẻ phải thường xuyên rửa tay bằng xà phòng dưới vòi nước chảy, nhất là trước khi cho trẻ ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi thực hiện vệ sinh cho trẻ.

- Vệ sinh sạch các dụng cụ, vật dụng, đồ chơi của trẻ hàng ngày bằng các chất tẩy rửa thông thường và tổng vệ sinh khử khuẩn đồ dùng, đồ chơi của trẻ vào thứ sáu hàng tuần theo đúng quy định.

- Không sử dụng chung các đồ dùng của trẻ như: Bát, cốc, thìa, khăn lau mặt...

- Giáo viên chủ nhiệm liên hệ chặt chẽ với cha mẹ học sinh để phát hiện các trường hợp nghỉ học do mắc bệnh để có biện pháp vệ sinh môi trường lớp học, hạn chế lây lan dịch bệnh trong nhà trường.

4. Đối với nhân viên nuôi dưỡng:

- Bàn ăn và dụng cụ chế biến: Hàng ngày và khi bị bẩn tiến hành lau bằng nước sạch. Sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0.05% hoạt tính, để ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch.

- Rửa sạch và hấp sấy bát, thìa, khay và dụng cụ chế biến thức ăn hàng ngày.

- Chế biến thức ăn theo quy trình 1 chiều.

- Thực hiện đúng trang phục theo quy định khi chế biến thức ăn.

- Thu gom rác thải hàng ngày.

V, Dự trù kinh phí

- Dự trù theo ngân sách của nhà trường.

Trên đây là Kế hoạch tổ chức đợt cao điểm vệ sinh môi trường, khử khuẩn chủ động phòng, chống dịch bệnh tay chân miệng và các dịch bệnh khác tại trường học; đề nghị Cán bộ, giáo viên, nhân viên nhà trường thực hiện nghiêm túc./



Nguyễn Thị Ngọc Thư

Phụ lục 1

HƯỚNG DẪN TỔNG VỆ SINH MÔI TRƯỜNG, KHỬ KHUẨN CHỦ ĐỘNG PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH TRONG TRƯỜNG HỌC

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-MNHM ngày 03 / 4 /2026 của trường MN Hoa Mai)

1. Các khu vực cần vệ sinh - khử khuẩn

- Lớp học, cầu thang, hành lang (gồm nền nhà, bàn ghế, tay vịn cầu thang, tay nắm cửa...);
- Đồ chơi trẻ em;
- Đồ dùng cá nhân (khăn mặt, bàn chải, bát đũa, cốc chén...);
- Khu vực nhà ăn;
- Khu vực ngoại cảnh, sân chơi, khu phụ cận;
- Công trình vệ sinh và các khu vực, đồ dùng khác liên quan.

2. Vệ sinh, khử trùng phòng chống bệnh tại các lớp khi chưa có dịch

2.1. Đối với khu vực các lớp học gồm bề mặt lớp học, hành lang, cầu thang

- Vệ sinh hàng tuần bằng quét dọn, lau bằng nước sạch nhằm loại bỏ đất, bụi, chất hữu cơ. Sau đó lau bề mặt nền nhà, bàn ghế, tay vịn cầu thang, tay nắm cửa... bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc bằng dung dịch Clo 0,05% hoạt tính ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch và để khô.

- Kỹ thuật lau: Dùng cây lau hoặc khăn (giẻ...) nhúng với dung dịch tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính lau giật lùi từ trên xuống dưới, từ trong ra ngoài. Không tiến hành khử trùng khi học sinh còn đang học. Trường hợp đặc biệt phải cho học sinh ra ngoài mới tiến hành lau khử trùng.

2.2. Đối với đồ chơi trẻ em

- Đồ chơi thông thường: Hàng tuần phải tiến hành rửa bằng nước sạch, sau đó rửa bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính để ít nhất 30 phút. Rửa lại bằng nước sạch và để khô.

- Đối với đồ chơi điện tử: Cần tiến hành lau sạch bằng nước sạch, sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính để ít nhất 30 phút. lau lại bằng nước sạch và để khô.

2.3. Đồ dùng ăn uống, vệ sinh như bát đũa, cốc chén,...

- Hàng ngày tiến hành ngâm, rửa bằng chất tẩy rửa thông thường vào cuối buổi học hoặc sau khi sử dụng (tùy theo loại dụng cụ). Khử khuẩn bằng dung dịch 0,05% hoạt tính, để ít nhất 30 phút (khi có chỉ định của y tế). Rửa lại bằng nước sạch và để khô.

2.4. Khu vực nhà ăn

- Bàn ăn và dụng cụ chế biến: Hàng ngày và khi bị bẩn tiến hành lau bằng nước sạch. Sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính, để ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch và để khô.

2.5. Đối với công trình vệ sinh: sàn, mặt bồn cầu, bồn rửa tay, vật dụng khác trong nhà vệ sinh...

- Hàng tuần tiến hành làm sạch bằng nước sạch, sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính, để ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch.

2.6. Đối với dụng cụ dùng để vệ sinh (giẻ lau, bàn chải, cây lau...)

- Hàng tuần tiến hành làm sạch bằng nước sạch, vắt khô. Sau đó nhúng vào chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính ít nhất 30 phút. Làm sạch lại bằng nước sạch, vắt khô.

Chú ý: Hàng ngày, chế độ vệ sinh, quét dọn, làm sạch lớp học, đồ dùng vẫn tiến hành như bình thường

3. Vệ sinh, khử trùng phòng chống bệnh tại các nhà trẻ, mẫu giáo khi có ổ dịch, ca bệnh

Tùy vào tình hình dịch, cán bộ y tế quyết định diện xử lý cho phù hợp.

3.1. Đối với khu vực các lớp học gồm bề mặt lớp học, hành lang, cầu thang

- Vệ sinh hàng ngày bằng quét dọn, lau bằng nước sạch nhằm loại bỏ đất, bụi, chất hữu cơ. Sau đó lau bề mặt nền nhà, bàn ghế, tay vịn cầu thang, tay nắm cửa... bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc bằng dung dịch Clo 0,05% hoạt tính ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch.

- Kỹ thuật lau: Dùng cây lau hoặc khăn (giẻ...) nhúng với dung dịch tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính lau giật lùi từ trên xuống dưới, từ trong ra ngoài. Không tiến hành khử trùng khi học sinh còn đang học. Trường hợp đặc biệt phải cho học sinh ra ngoài mới tiến hành lau khử trùng.

3.2. Đối với đồ chơi trẻ em

- Đồ chơi thông thường: Hàng ngày sau khi trẻ sử dụng đồ chơi phải tiến hành rửa bằng nước sạch, sau đó rửa bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính để ít nhất 30 phút. Rửa lại bằng nước sạch và để khô.

- Đối với đồ chơi điện tử: Cần tiến hành lau sạch bằng nước sạch, sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính để ít nhất 30 phút. lau lại bằng nước sạch và để khô.

3.3. Đồ dùng ăn uống, vệ sinh như bát đĩa, cốc chén,...

- Hàng ngày tiến hành ngâm, rửa bằng chất tẩy rửa thông thường vào cuối buổi học hoặc sau khi sử dụng (tùy theo loại dụng cụ). Khử khuẩn bằng dung

dịch 0,05% hoạt tính, để ít nhất 30 phút (khi có chỉ định của y tế). Rửa lại bằng nước sạch và để khô.

3.4. Khu vực nhà ăn:

- Bàn ăn và dụng cụ chế biến: Hàng ngày và khi bị bẩn tiến hành lau bằng nước sạch. Sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch.

3.5. Đối với công trình vệ sinh: sàn, mặt bồn cầu, bồn rửa tay, vật dụng khác trong nhà vệ sinh...

- Hàng ngày tiến hành làm sạch bằng nước sạch, sau đó lau bằng chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính, để ít nhất 30 phút. Lau lại bằng nước sạch.

3.6. Đối với dụng cụ dùng để khử trùng (giẻ lau, bàn chải, cây lau...)

Hàng ngày tiến hành làm sạch bằng nước sạch, vắt khô. Sau đó nhúng vào chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch Clo 0,05% hoạt tính ít nhất 30 phút. Làm sạch lại bằng nước sạch, vắt khô.

Phụ lục 2
CÁC BƯỚC VỆ SINH – LÀM SẠCH – KHỬ KHUẨN VỚI TỪNG KHU VỰC, ĐỒ DÙNG VÀ VẬT DỤNG

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-MNHM ngày 03 / 4 /2026 của trường MN Hoa Mai)

Vật dụng/khu vực	Bước 1	Bước 2	Bước 3	Bước 4
Đồ vật dùng chung (đồ chơi, học cụ không phải điện tử)	Lau bằng khăn khô sạch	Làm sạch bằng nước tẩy rửa thông thường	Nhúng vào dung dịch khử khuẩn pha sẵn	Lau khô
Vật thường có tiếp xúc (nắm cửa, tay vịn, điện thoại, đồ chơi điện tử)	Lau bằng khăn khô sạch	Lau bằng dung dịch khử khuẩn pha sẵn	Để khô tự nhiên	
Nhà vệ sinh: sàn, bệ cầu, bồn rửa tay, nắm cửa,...	Làm sạch bằng nước tẩy rửa thông thường	Lau bằng dung dịch khử khuẩn pha sẵn	Để khô tự nhiên	
Các vật dụng trong nhà vệ sinh				
Dụng cụ khử trùng (giẻ lau, bàn chải, cây lau nhà, ...)	Làm sạch bằng nước tẩy rửa thông thường	Ngâm vào dung dịch khử khuẩn pha sẵn ít nhất 30 phút	Vắt hết nước và phơi khô dưới trời nắng tự nhiên	
Sàn nhà, hành lang	Làm sạch bằng quét dọn	Lau nền bằng nước lau nhà thông thường	Lau nước khử khuẩn bằng cây lau nền	Để khô tự nhiên
Bề mặt bếp ăn, bàn ăn	Làm sạch bằng nước tẩy rửa thông thường	Lau bằng dung dịch khử khuẩn pha sẵn	Để khô tự nhiên	
Đũa, bát đĩa, đồ dùng cá nhân, ...	Rửa sạch bằng nước tẩy rửa thông thường	Ngâm vào nước khử khuẩn pha sẵn hoặc luộc ít nhất 30 phút	Tráng nước sạch	Úp để khô tự nhiên

Phụ lục 3
HƯỚNG DẪN VỆ SINH – KHỬ TRÙNG

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-MNHM ngày 03 / 4 /2026 của trường MN Hoa Mai)

Vật dụng/khu vực	Tần suất	Vệ sinh	Làm sạch	Khử trùng
Đồ vật dụng dùng chung (Đồ chơi, học cụ, ...)	Hàng tuần và khi bị bẩn	x	x	x
Vật thường có tiếp xúc (tay nắm cửa, tay vịn, điện thoại,...)	Hàng tuần và khi bị bẩn	x	x	x
Nhà vệ sinh: sàn, bệ cầu, bồn rửa tay, nắm cửa, ...	Mỗi ngày và khi bị bẩn	x	x	x
Các vật dụng trong nhà vệ sinh	Mỗi ngày và khi bị bẩn	x	x	x
Dụng cụ khử trùng (giẻ lau, bàn chải, cây lau nhà, ...)	Sau khi sử dụng	x	x	x
Sàn nhà, hành lang	Mỗi ngày và khi bị bẩn	x	x	x
Các bề mặt ở bếp ăn	Trước và sau khi chuẩn bị thức ăn, giữa lúc chuẩn bị thực phẩm sống và chín	x	x	x
Đũa, bát đĩa, đồ dùng cá nhân,...	Trước khi sử dụng	x	x	x
Bàn ăn	Trước, sau khi sử dụng và khi bị bẩn	x	x	x

Phụ lục 4: HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG CLORAMIN B

(Kèm theo Kế hoạch số /KH-MNHM ngày 03 / 4 /2026 của trường MN Hoa Mai)

1. Đặc điểm chung: Clo (Cl) là một trong những halogen được sử dụng rộng rãi để khử trùng do có hoạt tính diệt trùng cao nhờ phản ứng oxy hóa khử. Khi hòa tan trong nước, các hóa chất này sẽ giải phóng ra một lượng clo hoạt tính có tác dụng diệt trùng. Các hóa chất có chứa clo thường sử dụng bao gồm:

Cloramin B hàm lượng 25% clo hoạt tính

2. Nồng độ Clo hoạt tính:

- Trong công tác phòng chống dịch, các dung dịch pha từ các hóa chất chứa clo với **nồng độ 0,05% clo hoạt tính** thường được sử dụng tùy theo mục đích và cách thức của việc khử trùng. Vì các hóa chất khác nhau có hàm lượng clo hoạt tính khác nhau, cho nên phải tính toán đủ khối lượng hóa chất cần thiết để đạt được dung dịch có nồng độ clo hoạt tính muốn sử dụng.

- Lượng hóa chất chứa clo cần để pha số lít dung dịch với nồng độ clo hoạt tính theo yêu cầu được tính theo công thức sau:

$$\text{Lượng hóa chất (gam)} = \frac{\text{Nồng độ clo hoạt tính của dung dịch cần pha (\%)} \times \text{số lít}}{\text{Hàm lượng clo hoạt tính của hóa chất sử dụng (\%)}} \times 1000$$

Ví dụ:

- Để pha 10 lít dung dịch có nồng độ clo hoạt tính 0,05% từ bột cloramin B 25% clo hoạt tính, cần: $(0,05 \times 10 / 25) \times 1000 = 200$ gam.

- Để pha 10 lít dung dịch có nồng độ clo hoạt tính 0,05% từ bột canxi hypochloride 70% clo hoạt tính, cần: $(0,05 \times 10 / 70) \times 1000 = 7,2$ gam.

Bảng lượng hóa chất chứa clo để pha 10 lít dung dịch với các nồng độ clo hoạt tính thường sử dụng trong công tác phòng chống dịch

Tên hóa chất (hàm lượng clo hoạt tính)	Lượng hóa chất cần để pha 10 lít dung dịch có nồng độ clo hoạt tính		Ghi chú
	0,05%	0,1%	
Cloramin B 25%	20g	40g	
Canxi HypoChloride (70%)	7,2g	14,4g	
Bột Natri dichloroisocyanurate (60%)	8,4g	16,8g	

Phụ lục 5

TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN THỰC HÀNH RỬA TAY VỚI XÀ PHÒNG

(Theo Tài liệu truyền thông phòng chống bệnh tật học đường và Giáo dục hành vi vệ sinh của Cục Y tế dự phòng - Bộ Y tế)

LỢI ÍCH CỦA VIỆC RỬA TAY VỚI XÀ PHÒNG

- Giúp loại bỏ các vi trùng có trên bàn tay.
- Giảm được khoảng 47% nguy cơ mắc các bệnh tiêu chảy và 30% nguy cơ mắc các bệnh đường hô hấp cấp (WHO).
- Mang lại cảm giác sạch sẽ, thoải mái và phòng chống bệnh tật.

CÁC THỜI ĐIỂM CẦN PHẢI RỬA TAY

- Rửa tay trước khi chuẩn bị thức ăn.
- Rửa tay trước khi ăn.
- Rửa tay sau khi đi vệ sinh.
- Rửa tay sau khi làm vệ sinh cho trẻ.

CÁC BƯỚC RỬA TAY

Bước 1: Làm ướt tay bằng nước sạch. Xoa xà phòng vào lòng bàn tay. Chà xát hai lòng bàn tay vào nhau.

Bước 2: Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuốn và xoay lần lượt từng ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 3: Dùng lòng bàn tay này chà xát lên mu bàn tay kia và ngược lại.

Bước 4: Dùng ngón tay của bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón của bàn tay kia và ngược lại.

Bước 5: Chụm 5 đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoay đi, xoay lại.

Bước 6: Xả cho tay sạch hết xà phòng với nước sạch và lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.

Chú ý: Các bước 2, 3, 4, 5 làm đi, làm lại tối thiểu 5 lần và thời gian cho một lần rửa tay tối thiểu là 01 phút

CÁC ĐIỀU KIỆN HỖ TRỢ CHO VIỆC RỬA TAY

- Nước sạch (tốt nhất là rửa tay dưới vòi nước sạch)
- Xà phòng hoặc nước rửa tay
- Khăn, giấy sạch

6 BƯỚC RỬA TAY ĐƠN GIẢN



1. Làm ướt tay bằng nước sạch. Xoa xà phòng vào lòng bàn tay. Chà sát hai lòng

2. Dùng ngón tay và lòng bàn tay này cuộn và xoay lần lượt từng ngón của

3. Dùng lòng bàn tay này chà sát lên mu bàn tay kia và ngược lại.

6 BƯỚC RỬA TAY ĐƠN GIẢN



4. Dùng ngón tay của lòng bàn tay này miết vào kẽ giữa các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.

5. Chụm 5 đầu ngón tay của tay này cọ vào lòng bàn tay kia bằng cách xoay đi, xoay lại.

6. Xả cho tay sạch hết xà phòng bằng nước sạch và lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch

