



الحفاظ على نظافة اليدين هي أفضل طريقة لتجنب الإصابة بالأمراض المعدية ومنع انتقال الجراثيم للآخرين.

الحفاظ على نظافة اليدين يقلل من نسبة الإصابة بالإسهال وأمراض الجهاز التنفسي، مثل نزلات البرد، التهاب الكبد الوبائي (أ)، وفيرس شلل الأطفال والأمراض الجلدية وغيرها من الأمراض المعدية.

المواد الغير مجدية لغسل الأيدي



الخل



مياه البحر



الرمال أو التربة



المياه وحدها



المياه المتسخة أو الملوثة

قد تحتوي الرمال والتربة ومياه البحر على ملوثات أو مسببات للأمراض أو الطفيليات الأخرى التي يمكن بعد ذلك نقلها إلى اليدين وابتلاعها من خلال الفم. لا توجد دراسات حول استخدام الأوراق والخل وعصير الليمون لتنظيف اليدين. ويمكن غلي المياه لتعقيمها أو إضافة مطهر مثل محلول التبييض المعتدل (الكلور المخفف / كلوروكس) إن وجد تبعاً للتعليمات حول الكمية اللازمة للاستخدام.

حمايتك من الإساءة والاستغلال حقك وواجبنا

من حقك تلقي المساعدات الإنسانية مجاناً ومن دون دفع أو تقديم أي مقابل. يرجى التواصل معنا إذا كان لديك أي استفسارات أو شكاوى.

للاستفسارات والملاحظات المتعلقة بالخدمات الإنسانية: يمكنك الاتصال بالرقم المجاني التابع لبرنامج الأغذية العالمي واليونسف (126-124-1800) من الساعة 8 صباحاً حتى 8 مساءً.

للإبلاغ عن أي تجاوزات: في حال تعرضت أو شاهدت أي نوع من الإساءة أو المعاملة غير الأخلاقية من قبل مقدمي الخدمات الإنسانية، يمكنك الاتصال بالرقم المجاني والسري لمؤسسة سوا (164) المتوفر على مدار الساعة. تعمل مؤسسة سوا ضمن شبكة سند لتوفير خدمات الحماية للمتضررين من الإساءة والاستغلال.

هل يمكن استخدام الرماد لغسل اليدين؟

توصي منظمة الصحة العالمية باستخدام الرماد في تنظيف اليدين عندما لا يتوفر الصابون. يجب اعتبار هذا خيارا ثانويا لأن الصابون والماء معا هما الأكثر فعالية في القضاء على الجراثيم وإزالتها. ومع ذلك، من المرجح أن يكون غسل اليدين بالرماد أكثر فعالية من غسل اليدين بالماء وحده.

تأكد من استخدام الرماد الأبيض من مركز النار بمجرد تبريده. من المحتمل أن يكون هذا الرماد الأبيض هو الأكثر تعقيما حيث تم تسخينه على أعلى درجة حرارة.

افرك يديك بالرماد الأبيض ثم اشطفهما بالمياه إن وجدت.



ماذا أستخدم لغسل الأيدي؟



فرك اليدين
بالكحول (معقم)



الصابون والماء
لمدة 20 ثانية



مسحوق غسيل الملابس
إن توفر بعد خلطه مع الماء



الرماد الأبيض عندما
لا يتوفر الصابون