



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ล้างมือด้วยน้ำกับสบู่ 7 ท่า



1. ฝ่ามือถูกัน



2. ฝ่ามือถูหลังฝ่ามือ
และนิ้วถูขอกนิ้ว



3. ฝ่ามือถูฝ่ามือ
และนิ้วถูขอกนิ้ว



4. หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ



7. ถูรอบข้อมือ



6. ปลายนิ้วมือ
ถูขว้างฝ่ามือ



5. ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบ
ด้วยฝ่ามือ