**Чистые руки – залог здоровья**

В период летних каникул особенно важно напоминать детям о важности мытья рук. Постарайтесь на доступном языке для ребенка любого возраста объяснить, что люди, которые основательно и регулярно моют руки, защищают себя и других от инфекционных заболеваний. Но, к сожалению, этому простому правилу гигиены часто уделяется недостаточно внимания. Вот лишь несколько фактов об этом способе гигиены:

* Знаешь ли ты, что, вымыв руки с мылом, ты прибегнул к самому эффективному и доступному способу защититься от многих инфекционных заболеваний, в том числе от холеры, лихорадки Эбола, атипичной пневмонии, гепатита Е?
* По свидетельству Роспотребнадзора, мытье рук может уменьшить острые кишечные заболевания на 30-48%, снизить количество острых респираторных инфекций на 20%.
* Знаешь ли ты, что на руках может скапливаться в среднем 840 тысяч различных микроорганизмов?
* Рекомендуемое время мытья рук составляет 30 секунд, хотя в основном люди моют руки менее 10 секунд. Но это не тот случай, когда следует торопиться. Помните, что чистые руки – одна из основ здорового образа жизни!