

# 帮助杜绝 COVID-19

## 勤洗手



用肥皂和水将手打湿。



搓手至少 20 秒。  
将指甲下面和手指之间清洗。



用温水冲洗。



用您自己的干净毛巾  
擦干双手。



您的手现在干净了。  
扔掉毛巾。



**CHI | CDPH**

Chicago Department of Public Health