

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Podczas pandemii ręce należy myć co najmniej 6 razy dziennie

Mycie rąk od sześciu do dziesięciu razy dziennie dobrze chroni przed zakażeniami wywołanymi m.in. przez koronawirusy - wykazały badania brytyjskich specjalistów.

Każdorazowo mycie rąk powinno trwać przynajmniej 20 sekund.

„BBC News” informuje, że badacze Medical Research Council przeanalizowali dane z badań w latach 2006-2009, w których wzięto pod uwagę wpływ higieny rąk na zakażenia znanymi wtedy koronawirusami, odpowiedzialnymi m.in. za 20 proc. przeziębień. Obserwacjami objęto 1663 osoby, badano czy są przeziębione i chorują z powodu zakażeń grypopodobnych. Sprawdzano też jak często myją ręce.

Potwierdzono, że mycie rąk mydłem i wodą może chronić przed infekcjami. Najbardziej skuteczne jest mycie rąk od sześciu do dziesięciu razy dziennie, wtedy ryzyko zakażenia jest najmniejsze. Częstsze niż dziesięć razy dziennie mycie rąk w tym przypadku nie miało już znaczenia – twierdzą specjaliści.

Jedna z autorek badania dr Sarah Beale z University College Londyn podkreśla, że zawsze trzeba dbać o higienę rąk, bez względu na to, czy ktoś jest zakażony i wykazuje objawy przeziębienia, grypy lub COVID-19. „W ten sposób chronimy siebie, ale też zapobiegamy nieświadomemu przenoszeniu zarazków na inne osoby” – podkreśla.

Brytyjscy specjaliści zwracają uwagę, że każdorazowe mycie rąk powinno trwać 20 sekund, szczególnie wtedy, gdy kaszлемy i kichamy. Z innych wcześniej przeprowadzonych badań wynika, że wirusy np. grypy często znajdują się na dotykanych przedmiotach, np. na klamkach drzwi. Zarazki przenoszone są także przez podawanie zainfekowanych rąk.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29642.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy