

[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

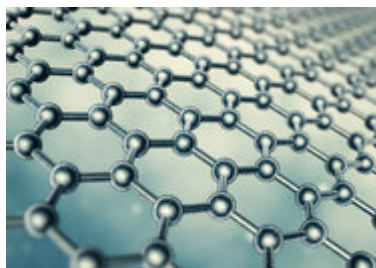
<http://laboratoria.net/aktualnosci/29642.html>



02-07-2024

Ekran dotykowy bez problematycznego indu

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

Świat atomów i cząsteczek

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

Żyjemy w czasach multitożsamości

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?](#) [Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach](#)

[multitożsamości Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu Ekrany dotykowe bez problematycznego indu Świat atomów i cząsteczek Żyjemy w czasach multitożsamości Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy