

Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun

Mencuci tangan pakai sabun adalah salah satu cara paling efektif untuk mencegah penyebaran kuman dan penyakit.

B by Bintang Maharani



Definisi Mencuci Tangan Pakai Sabun

Mencuci tangan pakai sabun adalah proses membersihkan tangan dengan menggunakan sabun dan air mengalir.

Proses ini membantu menghilangkan kotoran, kuman, dan virus yang menempel pada permukaan tangan.



Momen Cuci Tangan

- Mencuci tangan yang efektif perlu dilakukan secara rutin untuk meningkatkan kebersihan tangan dan mencegah penularan penyakit. Cuci tangan dengan sabun menjadi sangat penting dilakukan pada saat:
- Sebelum dan setelah makan
- Setelah buang air besar (berak) dan buang air kecil (kencing)
- Sebelum dan setelah menyentuh orang yang sakit
- Setelah melakukan kegiatan/ aktivitas
- Sebelum menyentuh/mengolah makanan



Manfaat Mencuci Tangan Pakai Sabun

Mencegah Penyakit

Mencuci tangan pakai sabun membantu mencegah penyebaran penyakit seperti flu dan diare.

Meningkatkan Kesehatan

Mencuci tangan pakai sabun membantu menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh secara keseluruhan.

Menjaga Kebersihan

Mencuci tangan pakai sabun membantu menghilangkan kotoran dan kuman yang dapat menyebabkan bau badan.