**Интересные факты о мытье рук.**

Всемирная организация здравоохранения считает, что *проблема немытых рук может привести к катастрофическим последствиям*, если ее рассматривать в масштабе мира. По мнению экспертов ВОЗ, регулярное мытье рук может спасти тысячи жизней детей стран Азии и Африки, которые умирают от дизентерии, болезни, которую мы в силах предотвратить, выполняя простую процедуру «мыть руки перед едой и после посещения туалета». Нерегулярное мытье рук может привести и к таким опасным заболеваниям, как холера и гепатит, от которых также умирают тысячи детей и взрослых.

**На руках живет больше всего бактерий.**  
  Большинство бактерий на человеческом теле сосредоточено на волосах и руках. При этом на руках прячется в среднем 840 000 различных микроорганизмов. Большая часть из них существует под ногтями, на боковых частях ладоней и в складках кожи.

На чистой коже рук микробы гибнут буквально в течение 10 минут. А если руки грязные, микробы выживают в 95% случаев. И к тому же могут активно размножаться!

Ученые-биохимики университета Колорадо были потрясены своим недавним открытием. Оказывается на женских руках присутствуют гораздо больше микробов, чем на мужских. Причин этого множество: низкая кислотность женских рук, гормоны, использование косметики.

Также ученые обнаружили, что на левой и правой руке живут совершенно разные микробы.

 При первом намыливании смываются микробы с кожи. При втором, нас покидают микробы из открывшихся пор.

 На пористых поверхностях бактерии могут жить до 48 часов. Руки обычного офисного работника в повседневной жизни соприкасаются с 10 миллионами различных бактерий. Рекомендуется мыть руки не меньше 20 секунд.  Лучше мыть руки теплой водой   
  Обжигающий кипяток не повышает эффективность гигиены рук. Горячая вода, наоборот, делает им только хуже, ведь нежная кожа высыхает и воспаляется. Поэтому специалисты рекомендуют мыть руки теплой водой.

Самые грязные вещи — деньги, телефоны и дверные ручки   
 По мнению специалистов по гигиене, наибольшее число бактерий скапливается на денежных купюрах и монетах, неудивительно, ведь они находятся в постоянном обороте и за день могут сменить несколько хозяев. Несмотря на это, после контакта с деньгами руки моют только 27% взрослых. Дверные ручки являются вторым излюбленным местом микробов — только представьте себе, сколько человек в день может взяться за ручку, чтобы открыть или закрыть дверь!

**Частое мытье рук убивает полезные микроорганизмы**   
 На руках живут не только болезнетворные, но и вполне себе миролюбивые бактерии, которые защищают наш организм. К сожалению, слишком частое мытье рук приводит к их гибели. К тому же из-за контакта с моющими средствами, на коже могут образоваться трещинки, которые становятся своего рода «входными воротами» для инфекций. Однако это не значит, что стоит мыть руки всего пару раз в сутки — их необходимо мыть по мере загрязнения.

|  |
| --- |
| Химик-экспeрт медицинской организации Николаева Ольга Михайловна  (Филиал ФБУЗ «Цeнтр гигиeны и эпидeмиологии в Чувашской Рeспубликe - Чувашии в г. Новочeбоксарскe») |