

七步洗手法

①



掌心相对，手指
并拢相互搓擦

②



手心对手背沿指
缝相互搓擦，交
换进行

③



掌心相对，双手
交叉沿指缝相互
搓擦

④



双手指相扣，互搓

⑤



一手握另一手大
拇指旋转搓擦，
交换进行

⑥



将五个手指尖并
拢在另一手掌心
旋转搓擦，交换
进行

⑦



螺旋式擦洗手
腕，交替进行