

## Du tvättar väl händerna? Grundskolan 1-6

Idé till denna laboration är hämtad från Terrific Science

### Teori

Hur gör du när du tvättar händerna? Bara med vatten?  
Gnuggar du eller sköljer du bara? Men spelar det någon roll?  
Ja, det gör det!

**Riskbedömning:** Liten risk. En fullständig riskbedömning görs  
av undervisande lärare.

### Material

Olja, fint glitterpulver 0,3 mm, tidtagarur eller klocka med sekundvisare, handfat med kallt och varmt  
vatten, tvål och torkpapper.

### Utförande

1. Välj ut fyra frivilliga. Alla få ett par droppar olja som de gnider in sina händer med, mellan  
fingrarna och på ovansidan. Strö på lite fint glitter. Se till att alla fyra får ungefär lika mycket.

Person 1:

Tvätta med varmt vatten, skölj händerna i fem sekunder.(inget gnuggande eller tvål)

Person 2:

Tvätta med varmt vatten i 20 sekunder, gnugga och gnid!

Person 3;

Fukta med varmt vatten och gnugga med tvål i fem sekunder. Skölj sen bort tills tvålen är borta.  
Avbryt då.

Person 4;

Fukta med varmt vatten och gnugga med tvål i 20 sekunder. Skölj sen tills tvålen är borta. Avbryt då.

2. Observera alla fyra personernas händer. För upp resultatet på ett datapapper. Ta kort på  
händerna eller så ritar din lärare upp fyra händer. Du skuggar med en penna/krita vart det  
fortfarande sitter kvar glitter/smuts.
3. Nu får alla varsitt torkpapper och kan torka sig. Observera igen hur de ser ut. Ta kort och rita  
av igen genom att skugga på den ritade handen var glitter/smuts finns kvar.



4. När alla dokumenterat klart får alla tvätta sig och städa upp olja, glitter och vatten.

## Att diskutera:

- Vilket sätt att tvätta händerna tror du är det vanligaste?
- Vilken metod var effektivast? Vilken var minst effektivast?
- Vad tror du är viktigast vid handtvätt?

## Till läraren:

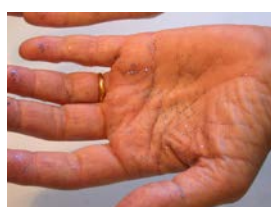
Det fina glittret får symbolisera de bakterier, virus och mikroorganismer som vi har på händerna. Glittret är mycket större än bakterierna. Vissa bakterier ger infektioner och sjukdomar så som förkylningar, kräksjuka och lunginflammation. Medan de flesta bakterier är bra för oss och hjälper att skydda oss. Tyvärr tvättar inte alla sig efter toalettbesök, när de nysit, snutit sig etc.

Alla borde tvätta sig i 20-30 sekunder och göra enligt följande:

- 1) Skölj händerna i varmt vatten. Gnid in med tvål överallt. Mellan fingrarna och under naglarna. Detta bör ta 15-20 sekunder.
- 2) Skölj bort all tvål i varmt rinnande vatten.
- 3) Torka händerna med rent torkpapper.

Tvål är viktigt för att det hjälper att bryta upp lagret med fett och olja på huden. Det här lagret innehåller bakterier. När du tar bort lagret följer bakterierna med när du sköljer bort tvålen. När du torkar med papper tar du bort ytterligare bakterier.

När influensaviruset (H1N1) "härjade" var det färre fall av vinterkräksjukan och andra sjukdomar som smittar genom smutsiga händer.



Skölj med ljummet vatten **utan att gnugga** i 20 s.

Tvätta med tvål 5 s. och skölj