آن را با دست و بدون آب و سپس با آب به هم بمال و بشوی؛ سپس در آن نماز بخوان.

از اسماء رضی الله عنها روایت است که زنی نزد رسول الله صلی الله علیه وسلم آمد و گفت: اگر لباس ما با خون حیض آلوده شود، چه باید کرد؟ رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمود: «تَحُتُّهُ، ثُمَّ تَقْرُصُهُ بِالْمَاءِ، وَتَنْضَحُهُ، وَتُصَلِّي فِيهِ»: «آن را با دست و بدون آب و سپس با آب به هم بمال و بشوی؛ سپس در آن نماز بخوان».

[صحیح است] [متفق علیه]

اسماء رضی الله عنها ذکر می کند که رسول الله صلی الله علیه وسلم در مورد نحوه ی پاکی لباسی که به خون حیض آلوده شده، سوال می شود که کیفیت پاکیزگی آن را توضیح می دهد؛ به این صورت که ابتدا باید محل آلودگی به هم مالیده شود تا اصل آلودگی از بین برود، سپس بخشی از لباس که با خون آلوده شده، با انگشت ها مالیده شود تا آلودگی موجود با آبی که شسته می شود از بین برود؛ و پس از آن شسته می شود تا هیچ نجاستی باقی نماند. و رعایت این ترتیب بهترین شیوه در پاک نمودن لباس از نجاست خشک می باشد. و اگر عکس آن انجام شود، نجاست پخش شده و بخش های پاک لباس هم آلوده می شود. و بعد از پاکیزه نمودن لباس به این شیوه، می تواند در آن نماز بخواند.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/8372