

رعایت نظافت

به طور مرتب با آب و صابون
دستها را بشویید و یا از ضدعفونی
کننده دست استفاده کنید



عطسه عطسه و **سرفه خود** را با دستمال
کاغذی و یا در درون آرنج **پوشانید**



اگر بیمار هستید در خانه بمانید،
حتی اگر علائم خفیف سرماخوردگی
یا شبیه آنفولانزا دارید



از **لمس صورت**، به خصوص چشمهای
شما، بینی و دهان **خود پرهیز کنید**

