

العادات التي تمنع العدوى

منديل ورقي

وضع المنديل الورقية أمام الفم والأنف تحمي الآخرين عند السعال أو العطس. تخلص من المنديل بعد الاستخدام. ثم اغسل يديك



استخدم خطاف الكوع

عندما تعطس أو تسعل، وليس لديك منشفة ورقية متاحة



اغسل يديك

اغسل يديك بشكل متكرر وبدقة ، خاصة عندما تكون مع الناس.



تطهير اليد

يعد تطهير اليدين بالمنتجات الكحولية خيارًا جيدًا عندما يكون غسل اليدين غير ممكن ، على سبيل المثال عند السفر.

