

Соблюдайте «респираторный этикет». ПОМНИТЕ!

Респираторные вирусы передаются от больного человека к здоровому человеку воздушно-капельным путем (при разговоре, чихании, кашле). Поэтому старайтесь соблюдать расстояние не менее 1-1,5 м от лиц, которые имеют симптомы респираторной инфекции.

- Чистые руки - это гарантия того, что Вы не будете распространять вирусы, инфицируя себя, когда прикасаетесь ко рту и носу, и окружающих - через поверхности.
- Прикрывайте рот и нос салфеткой (платком), когда чихаете или кашляете!
- Используйте одноразовые бумажные салфетки (платки), которые выбрасывайте сразу после использования!
- При отсутствии салфетки (платка) кашляйте или чихайте в сгиб локтя!
- Не касайтесь немытыми руками носа, рта и глаз!