

Ինչպես կանխարգելել կորոնավիրուսի, մրսածության վիրուսների, գրիպի և այլ վարակիչ հիվանդությունների տարածումը

Խորհուրդ 1

Մշտապես մաքուր պահեք ձեռքերը՝ հաճախակի լվացվելով
օձառով և ջրով (առնվազն 20 վայրկյան) կամ օգտագործելով
ալկոհոլի հիմքով ախտահանիչ նյութ:

Խորհուրդ 2

Մի դիպչեք ձեր երեսին առանց ձեռքերը լվանալու:

Խորհուրդ 3

Հազալիս կամ փռշտալիս օգտագործեք անձեռոցիկ և
անմիջապես դեն նետեք այն: Եթե ձեռքի տակ չկա անձեռոցիկ,
հազալիս կամ փռշտալիս փակեք բերանը արմունկով:

Խորհուրդ 4

Պատվաստվեք գրիպի դեմ՝ այն կանխարգելելու համար:

Խորհուրդ 5

Ախտահանեք հաճախակի օգտագործվող իրերը և
մակերեսները, հատկապես ձեր հեռախոսը: