

דרכים למניעת התפרצות וירוס הקורונה, צינן, שפעת ומחלות נוספות

עצה 1

שמרו על הידיים שלכם נקיות בכל זמן באמצעות שטיפה עם מים וסבון למשך 20 שניות לפחות או לחילופין, באמצעות נוזל אלקוהולי לחיטוי הידיים.

עצה 2

אל תגעו בפנים שלכם לפני שניקיתם את הידיים שלכם.

עצה 3

אם אתם צריכים להשתעל או להתעטש, השתמשו בנייר טישו והשליכו אותו מיד לאחר השימוש. אם נייר טישו לא זמין לכם באותו הרגע, תתעטשו או תשתעלו אל המרפק.

עצה 4

תעברו חיסון נגד שפעת כדי שתהיו מוגנים מפני הידבקות בשפעת.

עצה 5

חטאו את כל הפריטים והמשטחים בהם אתם נוגעים או משתמשים באופן קבוע, במיוחד את הטלפון הנייד שלכם.