

Правила респираторного этикета

Прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляешь или чихаешь.



Немедленно выбрасывай использованные салфетки.



Регулярно мой руки с мылом.

Не трогай глаза, нос и рот немытыми руками.

Соблюдай социальную дистанцию при общении с больными (не менее 1,5 м), избегай объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах.



Если ты чувствуешь себя не здоровым, у тебя появились симптомы: высокая температура, кашель, боль в горле — оставайся дома. Не ходи на работу, в школу, не посещай общественные места. Немедленно обратиться к врачу.

Защити себя и окружающих от острых респираторных инфекций!