



ЯК ЗНИЗИТИ РИЗИК ІНФІКУВАННЯ КОРОНАВІРУСОМ:

рекомендації від Всесвітньої організації охорони здоров'я



Часто і ретельно мийте руки з милом або обробляйте їх спиртовмісним засобом. Миття рук з милом або обробка спиртовмісним засобом убиває віруси, які можуть бути на ваших руках.



Дотримуйтесь дистанції хоча б 1 метр (3 кроки) між собою та тим, хто кашляє чи чхає. Вірус передається при тісному контакті. Якщо ви занадто близько, ви можете інфікуватися вірусом COVID-19, якщо людина хвора.



Не торкайтеся очей, носа та рота. Саме через руки ви можете перенести вірус із предметів на очі, ніс чи рот. Звідти вірус може потрапити у ваш організм, і ви можете захворіти.



Коли чхаєте або кашляєте, прикривайте рот і ніс зігнутих ліктем або серветкою. Якщо використовуєте серветку, негайно викиньте її після використання у закритий смітник, а руки обробіть спиртовмісним засобом або помийте з милом.

Через чхання та кашель поширюється вірус. Дотримуючись належної гігієни, ви захищаєте інших від вірусів.



Залишайтеся вдома, якщо захворіли. Якщо у вас підвищена температура, кашель і ускладнене дихання, одразу зверніться до лікаря. Рання діагностика допоможе уникнути ускладнень та захистить вас і допоможе запобігти поширенню вірусів та інших інфекцій.



**Дотримуйтесь інформаційної гігієни.
Читайте лише експертні та офіційні джерела про коронавірус.**



сторінка ВООЗ
в Україні у Facebook



сторінка МОЗ
в Україні у Facebook



сайт МОЗ України



сайт «Бетта-Сервіс»
про професійну
чистоту та гігієну