

БУДЬТЕ ЗДОРОВІ ПІД ЧАС ПОДОРОЖІ

ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ІНФІКУВАННЯ



Уникайте близького контакту з тими, хто має симптоми застуди



Не торкайтеся руками очей, носа, рота



Часто і ретельно мийте руки з милом чи обробляйте антисептичними засобами для рук із вмістом спирту 60–80%



Вживайте їжу лише після належної термообробки



Уникайте контакту з тваринами

ЯКЩО ВАШЕ САМОПОЧУТТЯ ПОГІРШУЄТЬСЯ



Уникайте подорожей



Негайно зверніться по медичну допомогу



Під час кашлю та чхання прикривайте рот і ніс зігнутим ліктем чи одноразовою серветкою, після чого викиньте серветку та вимийте руки з милом



Обмежте контакти з іншими людьми і використовуйте захисну маску

