

مانع شیوع میکروب ها شوید

برای وقایه از شیوع امراض تنفسی مانند COVID-19 کمک کنید.

سرفه یا عطسه خود را با دستمال بپوشانید، سپس دستمال را در کثافت دانی بیندازید.



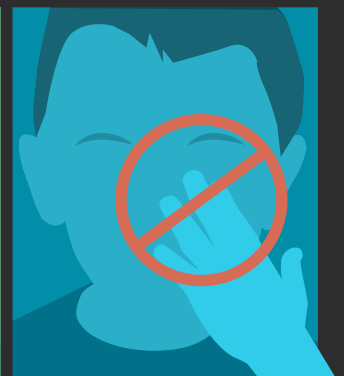
از تماس نزدیک با کسانی که مریض هستند خودداری کنید.



مکررا سطوح و اشیایی را که لمس می شوند پاک و ضد عفونی کنید.



هنگام حضور در اماکن عمومی، از یک ماسک پارچه ای استفاده کنید بطوریکه روی بینی و دهانتان را کاملا بپوشاند.



از لمس کردن چشمها، بینی، و دهان خود، خودداری کنید.



دستهای خود را چندین مرتبه و حداقل به مدت 20 ثانیه با صابون و آب بشویید.

زمانیکه مریض هستید در خانه بمانید، مگر اینکه ضرورت به مراقبت معالجوی دارید.



cdc.gov/coronavirus

