

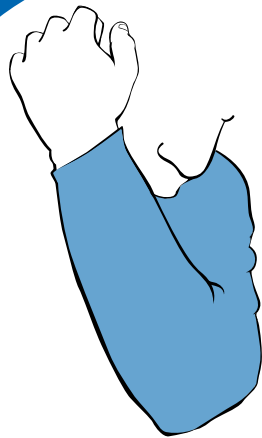
آداب سرفه کردن

دهان خود را بپوشانید



- دهان و بینی خود را هنگام سرفه یا عطسه کردن با قسمت بالای آستین، نه کف دست، بپوشانید

یا



- دهان و بینی خود را هنگام سرفه یا عطسه با دستمال کاغذی بپوشانید

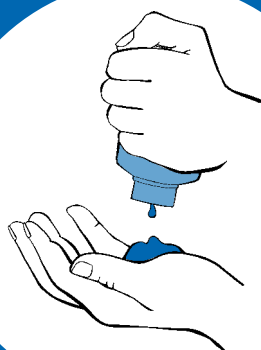
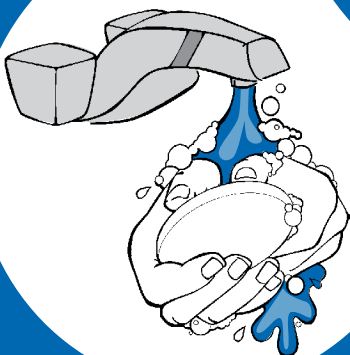
- دستمال کاغذی استفاده شده را در ظرف آشغال بیندازید

- دستان خود را با آب و صابون بشوئید

یا



- در صورت در دسترس نبودن آب و صابون، آنها را با یک مایع الکلی پاک کننده دست پاک کنید



به جلوگیری از
شیوع آلودگی
کمک کنید