

تدابير الوقاية من النظافة في حالات الطوارئ فيروس كورونا

- اغسل يديك بشكل متكرر لمدة 20-30 ثانية على الأقل وافركها جيداً بالماء والصابون.
- تجنب الاتصال الوثيق مع الأشخاص الذين يعانون من التهابات الجهاز التنفسي الحادة
- تجنب تحية الآخرين بالعناق والقبلات والسلام باليد
- حافظ على البقاء بعيداً مسافة متر واحد على الأقل من الأشخاص الآخرين
- عند السعال أو العطس يكون ذلك في جوف الكوع وليس في اليد
- تفادي تناول وتقايم الأطعمة والمشروبات مع أشخاص آخرين؛ استخدم أدوات خاصة فقط بك من أطباق وكؤوس
- التزم دائماً بعدم لمس الوجه باليدين وبوجه خاص عدم لمس الفم والعينين
- استخدم منديلاً عند العطس ثم رميه في سلة المهملات
- لا تتناول الأدوية المضادة للفيروسات والمضادات الحيوية إلا إذا وصفها الطبيب
- تجنب بقدر الامكان لمس الأسطح في , تنظيف الأسطح بمطهرات الكلور أو الكحول الأماكن العامة
- استخدم القناع فقط إذا كنت تعتقد أنك مريض أو إذا كنت تعتني بأشخاص مرضى