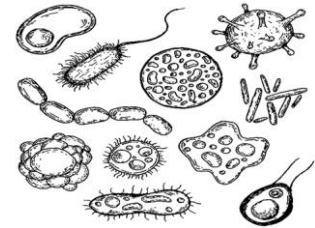


ЕТИКЕТ КАШЛЮ

ЧОМУ ЦЕ ПОТРІБНО?

ЕТИКЕТ КАШЛЮ – це правила поведінки людини із кашлем, що запобігають розповсюдженню інфекцій повітряним і крапельним шляхом.

При кашлі або чханні виділяються
краплинки слини та мокротиння,
які можуть містити віруси або бактерії.



Якщо ці краплинки потрапляють на слизові оболонки очей, носа або рота іншої людини, вона може заразитися.

Можна заразитися, торкаючись руками до поверхонь, на яких залишилися краплинки, а потім до свого обличчя.

СЛІД ДОТРИМУВАТИСЬ ПРОСТИХ ПОРАД:

1. Затуляйте рот і ніс одноразовою носовою хусткою або серветкою.
Не торкайтеся руками обличчя (очей, носа, губ).
Після використання носовичка або серветки викиньте їх у смітник і помийте руки з милом або обробіть антисептиком.
2. Якщо у вас немає хустки або серветки, кашляйте або чхайте у згин ліктя, а не в долоню.
3. Якщо ви кашляєте або маєте інші симптоми респіраторних хвороб не забувайте, що в громадських місцях потрібно обов'язково носити маску, і слідкувати, щоб вона закривала і ніс, і рот. Кращий варіант - залишитися вдома, якщо почуваетесь зле.



Бережіть своє здоров'я та здоров'я оточуючих!