

כסה את פיך כשאתה אסתעף



התעטש או השתעל לתוך החלק העליון של השרוול, אך לא לידיים

כסה את פיך ואת אפך בממחטת נייר בכל פעם שאתה משתעל או מתעטש

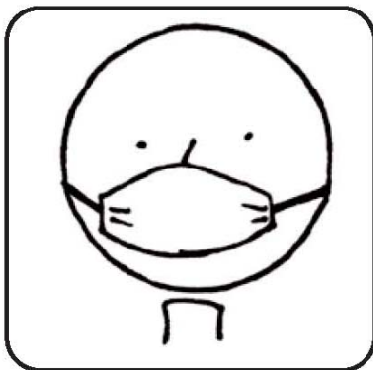
או



השלך את הממחטה המשומשת לפח.



תודה מיוחדת למשרד הבריאות של מונטרה לווז'ר, ג'נריות במי אנטוביטיקה של מונטרה.



יתכן שתבקש לחבוש מסיכת מנתחים בפומבי. אל תיבהל אם תראה אנשי צוות ואנשים אחרים חובי שים מסיכות. זה נועד למנוע את התפשטות החיידקים.



נקה אותן במוקה ידיים על בסיס אלקהול

רחץ את ידיך במים חמים וסבון

או



רתם את ידייך

לאחר שיעול או עיטוש