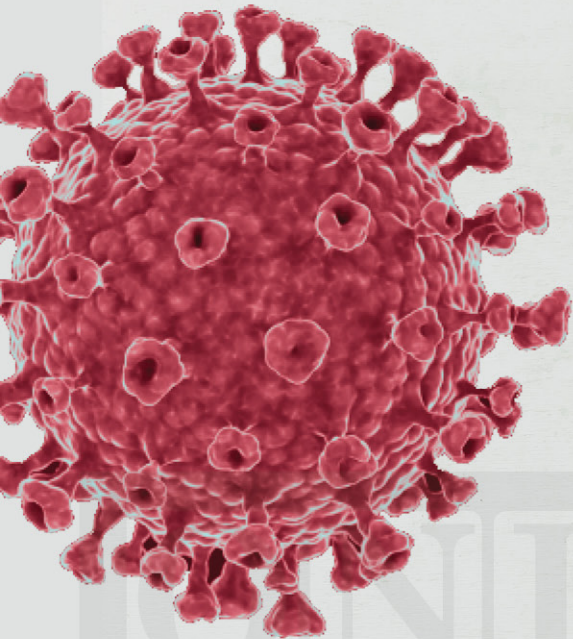


پروتکل‌های مهم بهداشتی برای پیشگیری از بروز بیماری کوید-۱۹



۱ تحت هیچ شرایطی و هیچ وقت دست خود را به صورت خود نزنید (چشم، بینی و دهان خود را تحت هیچ شرایطی لمس نکنید).



۳ از دست دادن و روبوسی با دیگران پرهیز کنید.



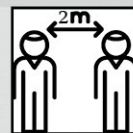
۲ به جز مواقع اجبار از خانه بیرون نروید.



۴ دست‌هایتان را به صورت مرتب (هر یک ساعت یکبار) با آب و صابون (حداقل ۲۰ ثانیه) یا ضد عفونی کننده با الکل بالای ۶۰ درصد (بین ۶۰ تا ۷۰ درصد) بشوید.



۵ در صورت خارج شدن از خانه و عدم دسترسی به مواد شوینده، از محلول ضد عفونی کننده با الکل بالای ۶۰ درصد (بین ۶۰ تا ۷۰ درصد) استفاده کنید.



۶ فاصله ۲ متری با دیگران را رعایت کنید (به خصوص افرادی که نشانه‌های مرضی از جمله سرفه یا تب دارند).

ONLINE
hamshahrionline.ir



۸ تلفن همراه را خارج از خانه از جیب خارج نکنید



۷ در صورت سرفه یا عطسه کردن، با آرنج خمیده یا دستمال کاغذی (که سریعاً به سطل آشغال بسته می‌اندازید) را در مقابل دهان قرار دهید.

