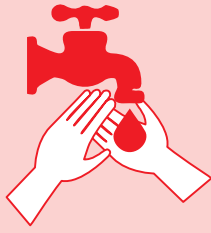


نصائح من أجل الحد من خطر الانتشار أو الإصابة بالعدوى



المداومة على غسل اليدين بالماء والصابون الدافئ، وخاصة قبل وجبات الطعام، والتعامل مع الطعام وبعد زيارة المراحيض. يمكن أن يكون الكحول اليدوي خيارًا عندما لا تكون قادرًا على غسل اليدين.



السعال والعطس يكون في مرفق الذراع أو في منديل ورق. وهكذا يمكنك أن تمنع العدوى من الانتشار من حولك أو من تلويث يديك.



تجنّب لمس الوجه أو العينين.



البقاء في المنزل عندما تكون مريضًا لتجنب إصابة الناس في الحافلة، أو في عملك أو حيثما تكون على مقربة من الآخرين.



تجنب الاتصال الوثيق مع المرضى.