

阻止 传播



呼吸道疾病的预防方法是类似的。请按照以下建议预防感染：

及时接种新冠肺炎疫苗和流感疫苗。



**如果感到不适，
请待在家中。**

向您的医疗
服务提供者
咨询检测和
治疗方案。



**保持良好的手
部卫生。**

经常用肥皂和
清水洗手，每
次至少洗 20
秒。



**经常清洁和消毒频繁接触
的表面。**



遮掩口鼻。

咳嗽或打喷嚏时
使用纸巾。



**考虑在人多拥挤的室内场所
佩戴贴合度佳的口罩。**

