

ՀԱՍԱՐԱԿԱԿԱՆ ՏՐԱՆՍՊՈՐՏԻ ՈՒՂԵՎՈՐՆԵՐ



Պաշտպանեք ձեզ եվ ուրիշներին Նոր Կորոնավիրուսից



Մնացեք տանը, եթե հիվանդ եք:



Հազալիս կամ փռշտալիս փակեք ձեր բերանն ու քիթը անձեռոցիկով, ապա աղբամանը նետեք այն: Եթե անձեռոցիկ չունեք, թևով ծածկեք բերանն ու քիթը:



Հաճախակի լվացեք ձեր ձեռքերը օճառով և ջրով՝ առնվազն 20 վայրկյան: Եթե ձեռքի տակ օճառ և ջուր չկա, օգտագործեք առնվազն 60% սպիրտային հիմքով ձեռքերի ախտահանիչ միջոց:

Մաքրեք ձեր ձեռքերը, այնպիսի մակերեսների դիպչելուց հետո, ինչպիսիք են՝ ձողերը, պտուտակադռնակները, կախովի բռնակները կամ բռնակները:



Սահմանափակեք հիվանդ մարդկանց հետ շփումը: Աշխատեք ավտոբուսներից և գնացքներից օգտվել այն ժամերին, երբ դրանք շատ մարդաշատ չեն: Աշխատանքի գնալիս ավելի շուտ կամ ուշ դուրս եկեք:



Դիմակ մի դրեք, եթե առողջ եք, եթե ի հարկե առողջապահության մասնագետը խորհուրդ չի տալիս դնել: Հանրության մեջ գտնվելիս հարկավոր է դեմքը փակել որևէ կտորով, օրինակ՝ բանդանայով կամ շարֆով:

ԵՐԹԵՎԵԿԵՔ ԱՆՎՏԱՆԳ

