

Простудные заболевания и грипп в разгар сезона нарушают Ваши планы, мешают работе и отдыху. Выполнение элементарных профилактических мероприятий позволит каждому сохранить свое здоровье: больным людям не заражать здоровых, а здоровым – не заразиться от больных.

РЕСПИРАТОРНЫЙ ЭТИКЕТ. СВОД ПРАВИЛ.

- Используйте одноразовые салфетки при насморке, кашле или чихании.
- Выбрасывайте салфетки сразу после их использования.
- Чихайте и кашляйте в сгиб локтя при отсутствии носового платка.
- Чаще мойте руки с мылом.
- Не трогайте невымытыми руками глаза, нос или рот.
- Избегайте поцелуев, объятий, рукопожатий при встрече.
- Реже притрагивайтесь к перилам, поручням, дверным ручкам.
- Избегайте контактов с чихающими и кашляющими людьми. Держитесь от них на расстоянии.
- Не пользуйтесь чужими столовыми приборами, посудой, полотенцами, телефонами.
- Чаще проветривайте помещение, проводите влажную уборку, увлажняйте воздух в помещении любыми доступными способами.

СОБЛЮДАЯ ПРАВИЛА, ВЫ ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ, КОЛЛЕГ ПО РАБОТЕ ОТ ИНФЕКЦИОННОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ И ВОЗМОЖНЫХ ОСЛОЖНЕНИЙ!