

الوقاية



اغسل يديك بشكل متكرر
بالماء والصابون، أو باستخدام معقم اليدين



غط فمك وأنفك بمنديلك
أو مرفقك عند السعال أو العطاس



تخلص من المناديل المستعملة
في سلة النفايات على الفور



تجنب لمس عينيك وفمك وأنفك



تجنب الذهاب غيرالضروري
إلى الاماكن المزدحمة

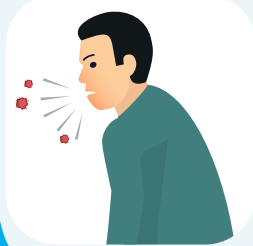


لا تغادر المنزل إن شعرت بحمى خفيفة
أو كان لديك سيلان انف

إذا واجهت الحالات التالية



ارتفاع حرارة



سعال



ضيق تنفس



إذا كنت تعاني من الحمى والسعال وصعوبة في التنفس، يجب
الابتعاد مسافة كافية عن الأشخاص من حولك وطلب المشورة الطبية،
ولكن اتصل بطبيبك عبر الهاتف أولاً حتى تتأكد من ضرورة الذهاب إليه .