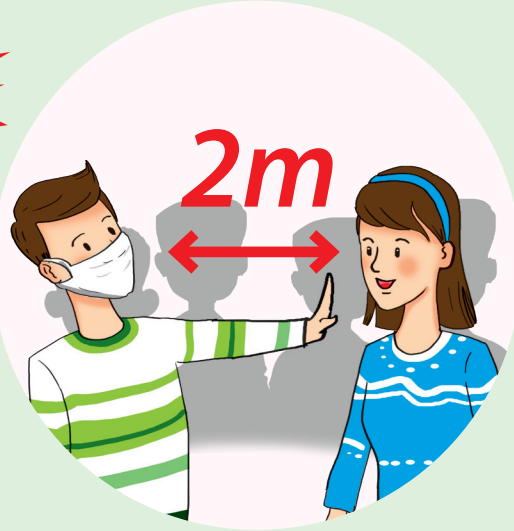
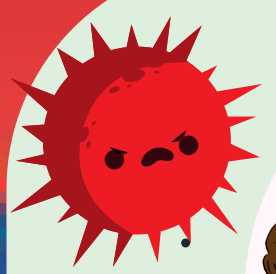


Người dân chủ động thực hiện các biện pháp phòng bệnh viêm đường hô hấp cấp

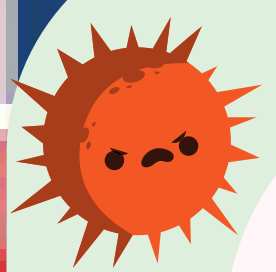
COVID-19 (nCoV)



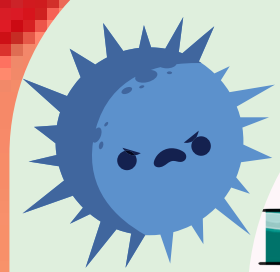
Tránh tiếp xúc trực tiếp với người có biểu hiện sốt, ho, khó thở; đeo khẩu trang đúng cách và giữ khoảng cách trên 2 mét khi phải tiếp xúc.



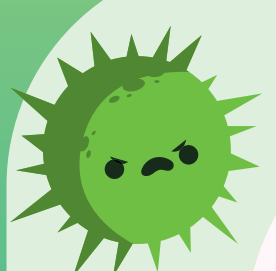
Người có các biểu hiện sốt, ho, khó thở phải thông báo ngay cho cơ sở y tế gần nhất để được tư vấn, khám, điều trị kịp thời.



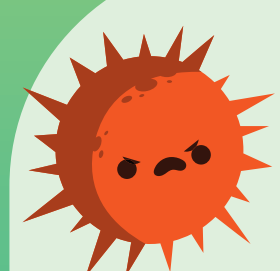
Không đi du lịch đến vùng có dịch bệnh. Hạn chế đến nơi tập trung đông người; nếu đến, cần đeo khẩu trang, rửa tay thường xuyên và đúng cách.



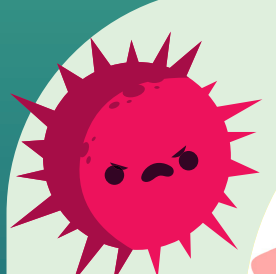
Rửa tay thường xuyên với xà phòng dưới vòi nước chảy trong ít nhất 30 giây. Nếu không có xà phòng và nước sạch thì dùng các sản phẩm vệ sinh tay có chứa cồn (ít nhất 60% cồn); tránh đưa tay lên mắt, mũi, miệng. Súc miệng, họng bằng nước muối hoặc nước súc miệng.



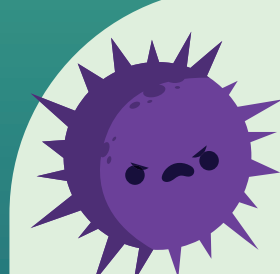
Che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, tốt nhất bằng khăn vải hoặc khăn tay hoặc ống tay áo để làm giảm phát tán các dịch tiết đường hô hấp. Không khạc nhổ bừa bãi nơi công cộng.



Tăng cường thông khí nhà ở bằng cách mở các cửa ra vào và cửa sổ; hạn chế sử dụng điều hòa. Thường xuyên lau nền nhà, tay nắm cửa và các đồ vật trong nhà bằng xà phòng hoặc các dung dịch khử khuẩn thông thường khác.



Giữ ấm cơ thể, ăn thức ăn đã được nấu chín, đủ chất, nghỉ ngơi, sinh hoạt hợp lý, luyện tập thể thao.



Tránh mua bán, tiếp xúc với các loại động vật hoang dã.

