

# Правила респираторного этикета

(правила, которые помогут ограничить распространение респираторных заболеваний)

✓ При чихании и кашле используйте носовые платки, желательно одноразовые.

✓ Если нет с собой платка, при чихании необходимо прикрыться сгибом руки.

✓ Нельзя при чихании и кашле прикрывать рот ладонью, т.к. при прикосновении руками к предметам обихода увеличивается риск распространения инфекции.



✓ Часто мойте руки с мылом или используйте специальное средство для очистки рук на спиртовой основе.

✓ Старайтесь реже прикасаться руками к лицу.

✓ Лицам с симптомами ОРВИ в общественных местах рекомендуется носить медицинские маски.

**Соблюдайте эти несложные правила, берегите свое здоровье и уважайте окружающих**

Государственное учреждение «Минский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»