

呼吸道衛生 與咳嗽禮節



具呼吸道症狀之民眾應全面力行
「呼吸道衛生與咳嗽禮節」



1

咳嗽時
應戴口罩



2

打噴嚏時
以衛生紙、手帕
或衣袖摀住口鼻



3

手部接觸到口鼻分泌物，
使用肥皂和清水
沖洗20秒，洗後擦乾



4

如有呼吸道症狀，
與他人交談時，
儘可能與別人保持
1公尺（約3英尺）距離



5

生病時
應多在家休息
盡量避免外出

