

遮住您的喷嚏

当您咳嗽或打喷嚏
时，用纸巾遮住您
的口鼻



OR

咳嗽或打
喷嚏时用您的衣袖
遮住，而非用您的
手。



扔掉用过的
纸巾

咳嗽或打喷嚏之后 请洗手



用肥皂和流动温水洗手
是最有效的



或当没有肥皂和水时，
使用含酒精的免洗洗手
液