

الان می‌خواهم عطسه کنم! چه کار باید بکنم؟

بدون دستمال



• در آرنج خود عطسه/سرفه کنید

با دستمال



• تا زمانی که دستمال را جلوی دهان نگرفته‌اید عطسه نکنید

• داخل دستمال عطسه/سرفه کنید، دستمال را بلافاصله دور بیندازید و دستتان را به خوبی



عطسه و سرفه بدون پوشش در فضای باز کار بدی است (که حتما خودتان می‌دانستید)



بینی و دهانتان را با دست خالی نپوشانید؛ چرا که در غیر این صورت، دستتان را به یک سلاح بیولوژیک خطرناک تبدیل کرده‌اید!

توصیه‌ها از مرکز پیشگیری و کنترل بیماری‌های آمریکا.

منبع: <http://tiny.cc/sneeze-cough> meduza