

Автор: А. Макеенко, медсестра отделения профилактики



- избегать контакта с больными, держаться от них на расстоянии не менее 1 метра;

- ограничить посещение мест большого скопления людей;

- часто проветривать помещение и делать влажную уборку;

- мыть руки с мылом на протяжении 20 секунд;

- не трогать нос, рот, глаза немытыми руками;

- избегать объятий, поцелуев, рукопожатий;

- прикрывать нос и рот при чихании или кашле одноразовой носовой салфеткой, которую после использования сразу выбросить, или кашлять, чихать в руку на уровне локтя;

- избегать переохлаждения;

- должно быть полноценное витаминизированное питание.

