

Pare a difusão dos micróbios que o fazem adoecer a si e aos demais!

Cubrase quando tossir



Cubra a sua boca e nariz com um lenço de papel quando tossir ou espirrar

ou, então

tussa ou espirre para dentro da manga do braço, e não para as suas mãos.



Coloque o seu lenço de papel usado no cesto do lixo.



Pode ser que lhe peçam que coloque na cara uma máscara de cirurgia para proteger os demais.

Limpe as suas mãos

depois de tossir ou de espirrar.



Lave as mãos com sabão e água morna durante 20 segundos ou

limpe-as com um produto de limpeza para as mãos à base de álcool.



Minnesota Department of Health
717 SE Delaware Street
Minneapolis, MN 55414
612-676-6414 or 1-877-676-6414
www.health.state.mn.us



Minnesota
Antibiotic
Resistance
Collaborative

