

آداب السعال والعطاس

استخدم منديلاً لتغطية فمك وأنفك أثناء السعال والعطاس.



تخلص من المنديل الذي استخدمته بإلقائه في سلة المهملات، ثم اغسل يديك أو طهرهما في الحال مستخدماً أي نوع من مطهرات اليدين التي تعتمد في تكوينها على الكحول.



فإن لم يكن معك منديل فاستخدم مرفقك عوضاً عن يدك لتجنب السعال والعطاس. اغسل يديك جيداً أو طهرهما في الحال مستخدماً أي نوع من مطهرات اليدين التي تعتمد في تكوينها على الكحول.



تجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك.



فإن اضطررت إلى لمس وجهك، فاغسل يديك أولاً.

