

Légzési higiéné és köhögési etikett

- Az orron keresztül vegyünk levegőt.
- Szájmasszgot célszerű a légúti tünetekkel jelentkező betegnek is viselnie.
- Köhögés, tüsszentés során használjunk egyszer használatos papírsebkendőt, majd azonnal dobjuk a szeméttárolóba.
- Amennyiben nincs kéznél papírsebkendő, NE a tenyerünkbe, hanem a könyökhajlatunkba tüsszentsünk, vagy köhögjünk.
- Gyakran végezzünk alapos kézmosást, kézfertőtlenítést.
- Kerülni kell a szem, száj, orr érintését szennyezett kézzel, a szokásos üdvözlési formákat pl. kézfogás, puszi.