

防範病毒請落實

咳嗽禮節與手部衛生

1 咳嗽時用衛生紙遮住口鼻

2 咳嗽時應戴口罩

3 手部接觸到呼吸道分泌物之後要洗手

4 儘可能與別人距離保持1公尺以上

1M

- ✓ 拱手取代握手
- ✓ 用肥皂勤洗手
- ✓ 咳嗽用手帕掩口鼻
- ✓ 雙手不碰觸眼口鼻

資料來源:衛生署疾病管制局

正確戴口罩4步驟：

step 1

開 開包裝
檢查口罩有無破損

step 2

戴 兩端鬆緊帶掛上耳朵
鼻樑片固定在鼻樑
口罩拉開到下巴

step 3

壓 輕壓鼻樑片
讓口罩與鼻樑貼緊

step 4

密 檢查口罩和臉部
內外上下是否密合

電梯禮節：

1 請避免交談

2 打噴嚏時，用手帕
或肩袖掩口鼻

3 雙手不任意碰觸牆面

4 可用筆或鑰匙等
按電梯按鈕