

Những việc chúng ta có thể làm



Chiến lược đẩy lùi dịch Covid-19!

Để dịch Covid-19 không lan rộng thì việc mọi người chung sức là cần thiết!!

Khẩu trang vải

point

Dù đeo khẩu trang vải nhưng vẫn có lúc ho

point

Sử dụng khẩu trang vải sạch

Mặc dù đeo khẩu trang vải nhưng khi hắt hơi hoặc ho thì vi rút vẫn bắn ra bên ngoài



✗

Dùng tay để che là không đúng
Nếu dùng tay để che thì hãy rửa tay



Vì vậy khi hắt hơi dù có đeo khẩu trang vải thì hãy dùng khuỷu tay để che lại!

Hãy giặt hàng ngày!!



Không đeo khẩu trang bẩn!



Hãy giặt khẩu trang hàng ngày khi khẩu trang bị bẩn thì đổi sang khẩu trang sạch để đeo!



Lỡ sờ tay vào ...



Hãy rửa tay

Cố gắng không sờ tay vào càng ít càng tốt

Không quên rửa tay nếu sờ vào mặt trước của khẩu trang

Rửa tay

point

Phương pháp phòng tốt nhất! Dùng xà phòng + 20 giây

point

Sau khi rửa xong làm khô tay và giữ ấm!

Rửa tay là phương pháp phòng tốt nhất để không bị nhiễm vi rút!



Ví dụ trước khi rửa tay là một triệu con

Dùng xà phòng rửa tay từ 10 ~ 30 giây sau đó rửa kỹ lại bằng nước + 15 giây

Chuyển thành vài trăm con!



Rửa tay dùng xà phòng trong 20 giây

Thời điểm rửa tay



Trước cũng sau cũng

Trước khi ăn và sau khi ăn

Sau khi đi nhà vệ sinh



Sau khi chơi trong thời gian nghỉ



Sau khi đọc sách trong thư viện



Sau khi sờ vào khẩu trang

Sau khi rửa xong lau tay thật khô thì vi rút sẽ khó để bám vào đấy

Dry



Rửa tay thì sẽ dẫn đến khô da tay vì thế buổi tối trước khi đi ngủ hãy bôi kem tay nhé

Cách rửa tay

Chỉ định tầm 20 giây ... Bài hát Ngôi sao lấp lánh sinh nhật



1 Hai tay úp vào nhau

2 Xoa phần mu bàn tay

3 Đan tay vào nhau rửa kẽ các ngón tay thật sạch

4 Chà lòng bàn tay

5 Ngón tay cái

6 Cổ tay

Việc chúng ta có thể làm là không phân biệt đối xử và không bắt nạt!

Nếu bạn của mình có bị nhiễm thì không phải do người đó, hãy cố gắng dù đó là ký ức khó khăn, hãy nhớ rằng nếu chữa khỏi thì sẽ không lây nhiễm



Trên toàn thế giới các chuyên gia cũng đang cố gắng!



有志によるボランティアチームに翻訳していただきました。

発行：佐久医師会 教えて！ドクタープロジェクト・佐久市・佐久市教育委員会 2020年4月発行

comic by emura yasuko