

Mga hakbang upang maiwasan ang pagkalat ng SARS-CoV-2 coronavirus

MGA PANGKAHALATANG HAKBANG SA PAG-IWAS

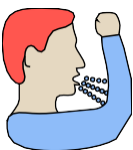
- Hugasan ng madalas ang iyong mga kamay.



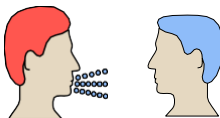
- Takpan ang bibig at ilong ng panyo, na isang beses lang gagamitin, o ng panloob na bahagi ng siko kapag umubo o bumahin. Maghugas kaagad ng kamay.



- Panatilihin na may distansya sa pagitan ng bawat isa (sa pagitan ng 1 hanggang 2 metro)



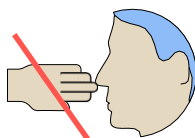
- Iwasan ang malapit na pakikipag-ugnayan sa mga taong may sintomas ng impesyon respiratorya.



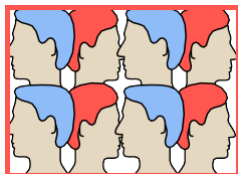
- Iwasan ang pagbabahagi ng pagkain at kagamitan ng walang wastong paglilinis na ginawa.



- Pagkatapos humawak ng mga bagay sa pampublikong lugar, iwasan ang paghawak sa bibig, ilong at mata ng hindi muna naghuhugas ng mga kamay.



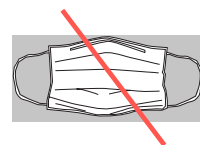
- Iwasan ang mga pagpupulong at saradong lugar na maraming tao.



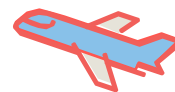
- Pangalagaan ang mga matatanda at mga taong may malalang sakit at iwasan ang pagbisita sa mga sentro kung saan sila nakatira.



- Hindi kinakailangang gumamit ng mask sa mga pampublikong lugar, maliban kung ipinag-utos ito ng isang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.



- Iwasan ang maglakbay kung hindi mahalaga.



- Hinihiling na ang sinumang may sintomas o lagnat na manatili sa bahay at iwasang pumunta sa lugar ng trabaho at limitahan ang pakikisalamuha.



- Dapat maging responsable sa paggamit ng sistema ng kalusugan at pumunta lamang sa mga health center kung kinakailangan..



Kung masama ang pakiramdam,

tumawag sa **061/Salut** Respon
at sasabihin nila ang dapat mong gawin.

