

# 保护您和您的家人

## 咳嗽和打喷嚏请捂住口鼻



1

咳嗽和打喷嚏请用  
纸巾捂住口鼻。

把用过的纸巾  
扔进垃圾桶。

2



3

若无纸巾，咳嗽和打喷嚏时，  
请用上臂袖子或肘部捂住，  
切勿用手捂住。

用肥皂和自来水洗手  
将双手用一次性纸巾或烘手  
机彻底擦干或烘干。

4



## 远离病菌 保持健康