

预防肺炎及 呼吸道传染病



- 经常保持**双手清洁**
- 洗手时应以视液和清水清洁双手，**搓手最少20秒**
- 当双手没有明显污垢时，可用含70至80%酒精搓手液洁手



- 如厕后**先盖厕板再冲厕**
- 彻底清洁双手
- 吐痰应用纸巾包好再丢



- 妥善保养排水渠管**定期注水**入U型隔气
- 每星期把半公升水**倒入所有排水口**



- 打喷嚏或咳嗽时**应用纸巾掩盖口鼻**，正确弃置已染污的纸巾，然后彻底清洁双手
- 如没有纸巾，可用上衣或上袖掩盖



- 当出现发烧或呼吸道感染病徵，**应戴上外科口罩及尽早向医生求诊**



- 有**颜色/摺纹向下的**一面向外，有**金属条的一边**向上
- 橡筋绕在耳朵上
- 拉开口罩，完全覆盖口、鼻和下巴
- 把金属条沿鼻梁两侧按紧，紧贴面部
- 在没有成人监管下，2岁以下幼儿不应使用口罩



更多抗疫资讯：



衛生防護中心



卫生防护中心网站

www.chp.gov.hk



卫生防护中心Facebook专页

fb.com/CentreforHealthProtection

卫生署健康教育专线 **2833 0111**



衛生署

二〇二五年五月修订