

預防 SARS 六撇步

室內六招

- 一、勤洗手，少吃路邊攤，用餐時保持公筷母匙，避免任何會與他人唾液接觸的機會。
- 二、保持環境衛生與空氣流通，能夠打開窗戶的空間就不要密閉著。
- 三、避免到人群聚集或空氣不流通的場所，如電影院、大賣場、KTV、百貨公司美食街等。
- 四、避免不必要的探病或到醫院走動，搭乘公共交通工具時戴上口罩。
- 五、均衡飲食。
- 六、作息正常，避免熬夜。

室外六招

- 一、在公共場所說話要輕聲，口沫不橫飛。
- 二、公共場所不挖鼻孔，在碰觸鼻口前，要先把手洗乾淨。
- 三、打噴嚏或咳嗽時，遮住口鼻，轉向無人處。
- 四、擤完鼻涕後一定要洗手，衛生紙不隨地亂丟。
- 五、不隨地吐痰及檳榔汁，用過的牙籤不亂丟。
- 六、與人招呼鞠躬揮手致意即可，暫時少握手。