

# Che lại khi Ho



1. Che miệng và mũi khi ho, hắt hơi hay hi mũi.



2. Bỏ khăn giấy đã dùng rồi vào thùng rác.



3. Nếu không có khăn giấy, hãy ho hay hắt hơi vào ống tay áo của mình chứ đừng vào tay.



4. Rửa tay bằng xà bông và nước hoặc chất sát trùng tay (tối thiểu có 60% cồn).

## Chặn đứng sự Lan truyền của Vi trùng

### Luôn luôn phải Che lại khi Ho

- Che miệng và mũi khi ho có thể chặn đứng sự lây lan của vi trùng
- Nếu không có khăn giấy, hãy ho hay hắt hơi vào ống tay áo
- Tránh xa người đang ho hay hắt hơi (xa hơn 1 mét/3 feet)