



# HÃY CHUNG SỨC CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG TRÁNH BỆNH TRUYỀN NHIỄM

Điều cơ bản khi phòng chống bệnh truyền nhiễm bao gồm bệnh viêm phổi cấp do chủng mới của virus corona chính là 「Rửa tay」 hay 「Phép ứng xử khi ho bao gồm cả việc đeo khẩu trang」.

## ① Rửa tay

### Rửa tay đúng cách

Trước khi rửa tay · Cắt ngắn móng tay.  
· Tháo đồng hồ, nhẫn ra.



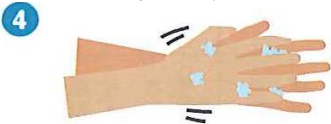
1 Làm ướt hai bàn tay bằng dòng nước chảy. Thoa xà phòng vào lòng bàn tay. Chà xát hai lòng bàn tay với nhau.



2 Dùng lòng bàn tay này chà xát kéo sang mu bàn tay kia.



3 Chà xát thật kỹ các đầu ngón tay · kẽ giữa các ngón tay.



4 Rửa sạch giữa các ngón tay



5 Chà xát vận xoắn rửa ngón tay cái · lòng bàn tay



6 Đừng quên rửa cổ tay

Sau khi rửa xong bằng xà phòng, rửa thật sạch bằng nước, lau khô tay bằng khăn hoặc giấy sạch.

## ② Quy tắc ứng xử khi ho

### 3 quy tắc ứng xử khi ho

Hãy thực hiện ở những nơi đông người như trong xe điện, nơi làm việc.



Ho, hắt hơi mà không có gì che lại.

Dùng tay che lại khi ho, hắt hơi



Không có khẩu trang

Đột nhiên bị ho

Đeo khẩu trang (che kín miệng · mũi)

Dùng khăn giấy · khăn tay che miệng · mũi

Dùng ống tay áo che miệng · mũi

### CÁCH ĐEO KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH



1 Che cẩn thận cả mũi và miệng



2 Đeo dây khẩu trang vào tai



3 Che kín mũi không để có khe hở



厚労省 検索

