

防止细菌传播

阻断
COVID-19
传播

导致COVID-19的病毒被认为主要通过人与人相互密切接触还有感染者咳嗽或打喷嚏时喷出的飞沫传播。

保持良好的卫生习惯会降低您染病和传播疾病的风险。

确保始终做到以下几点：



勤洗手
用肥皂和水或酒精搓手液
洗手20到30秒



**咳嗽和打喷嚏时
用纸巾遮掩或用
您的手肘内侧遮
掩并在之后洗手**



**丢弃用过的纸
巾, 用过之后
立即丢进垃圾桶**



**避免密切接触
生病的人**



**避免触摸您的
眼、鼻、嘴**



**如果您感到身体不适,
请待在家里并
避免社交活动或大
规模聚集**

欲了解首都领地 COVID-19 的更多信息, 请访问 health.act.gov.au/novelcoronavirus



ACT
Government

ACT Health

health.act.gov.au