

Sundhedsstyrelsens råd:

1. Vask dine hænder tit eller brug håndsprit
2. Host eller nys i dit ærme – ikke dine hænder
3. Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt
4. Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen
5. Hvis du er ældre eller kronisk syg -hold afstand og bed andre tage hensyn

”God hygiejne er den allerbedste metode til at forebygge smitte med ny coronavirus. Det gælder både for at beskytte sig selv, men i høj grad også for at beskytte andre, særligt de ældre og svækkede. Derfor opfordrer vi alle til at følge de fem gode råd. Det gælder både på arbejdspladser, men også i offentligheden, når man fx kører med offentlig transport,” siger Marlene Øhrberg Krag fra Sundhedsstyrelsen.

Luftvejsinfektioner, som ny coronavirus, spreder sig bl.a. via håndtryk, overflader eller små dråber fra hoste og nys. Og det er det, de fem gode råd skal være med til at forhindre.