

流感必殺

7絕招

戴口罩

咳嗽或有流感症狀時，
請戴上口罩



掩口鼻

咳嗽、打噴嚏，
需遮掩口鼻



勤洗手

正確洗手五步驟：
濕搓沖捧擦



好作息

多運動、均衡飲食，
增強抵抗力



多休息

生病在家休息，
不上班不上課



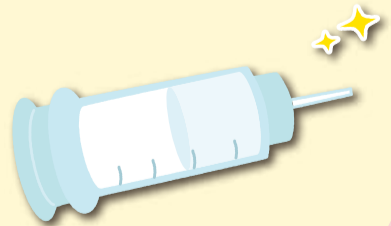
速就醫

有流感症狀即戴口罩
就醫，依醫囑服藥



打疫苗

每年按時接種疫苗



新北市政府衛生局

關心您

Department of Health, New Taipei City Government

廣告

