

健康資訊 (傳染病) Health Information (Communicable Diseases)

預防肺炎及呼吸道傳染病 Prevention of Pneumonia and Respiratory Tract Infection

1. 保持健康生活模式，建立良好的身體抵抗力。
2. 注意個人衛生，經常用梘液及清水或酒精搓手液保持雙手清潔。
3. 避免到人多的地方。如無可避免，到人多的地方或乘搭公共交通工具，需佩戴口罩。
4. 正確佩戴口罩十分重要，包括在佩戴口罩前及脫下口罩後保持手部衛生。
5. 如出現發燒或其他病徵，應立即求診。
6. 避免握手及身體接觸。
7. 減少社交接觸：保持社交距離，與他人保持至少一米距離。
8. 減少去家居以外地方舉辦的聚會及行程。
9. 減少聚餐，用餐時使用公筷及公羹。
10. 應避免非必要的外遊計劃。