

DZIELNE DZIECIAKI I ICH SPOSOBY NA MIKROBY

Wirusy i bakterie przenoszą się różnymi drogami i np. przez różne przedmioty takie jak: zabawki, telefon, klamka, ale też kiedy np. kichamy, kaszлемy.

Powinniśmy zachowywać higienę, to znaczy myć ręce wiele razy w ciągu dnia i koniecznie używać chusteczek jednorazowych.

Kichając i kaszłając powinniśmy zakrywać usta i nos chusteczką.

Używamy chusteczek jednorazowych, które wyrzucamy do kosza po użyciu.

Jeśli nie mamy chusteczki a musimy kichnąć, schylamy głowę i staramy się kichnąć w kierunku rękawa lub łokcia.

Pamiętajmy o umyciu rąk, na nich znajduje się najwięcej drobnoustrojów.

Jeśli już zachorujemy, powinniśmy zostać w domu, aby nikogo nie zarazić.

Jeśli czujemy się źle – leżymy w łóżku, mierzymy temperaturę i bierzemy leki, żeby jak najszybciej wyzdrowieć.

