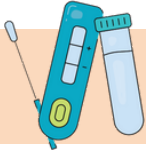


# از پیشگیری به گسترش کووید-19 کمک کنید



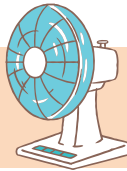
اگر در معرض قرار داشته اید یا حس می کنید بیمار هستید آزمایش دهید



واکسن های به روز را دریافت کنید



بهداشت مناسب دست ها را تمرین کنید



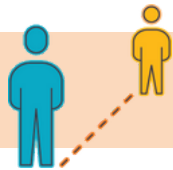
تهویه هوا را بهبود دهید



در صورت قرار گیری در معرض از توصیه ها پیروی کنید



اگر بیمار هستید یا نتیجه آزمایش مثبت دارید در خانه بمانید



فضای بیشتری بین خود و دیگران قرار دهید



از یک ماسک با اندازه مناسب یا ماسک تنفسی N 95 استفاده کنید

اگر نگرانی های بهداشتی دارید، با ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی خود صحبت کنید. اگر ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی ندارید، با 1-2 سن دیگو به منظور یافتن یک ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی در نزدیکی خود تماس بگیرید.

به روز رسانی شده در 1-26-2023

جهت دریافت آخرین اخبار، مراجعه کنید به:



[www.coronavirus-sd.com](http://www.coronavirus-sd.com)