

幫助減少呼吸道病毒的傳播

秋冬季節，呼吸道病毒高發。今年，多種呼吸道病毒同時傳播，包括：

- ▶ 新冠病毒 (COVID-19)
- ▶ 流感病毒 (flu)
- ▶ 呼吸道合胞病毒 (RSV)

預防傳播

呼吸道病毒有多種傳播方式。因此，採取多重保護是降低病毒感染和傳播風險的最有效手段。

請務必：



每年接種
流感疫苗



及時接種最新的
新冠 (COVID-19)
疫苗



生病時居家休息



參加室內活動時，
戴好口罩



勤洗手



在條件允許時，
多開窗開門，
改善室內通風



避免用不乾淨的
手摸臉



咳嗽和打噴嚏時，
用紙巾或胳膊肘
捂住口鼻



經常清潔和消毒
高接觸表面
及物體



留意您所在社區
發佈的公共衛生
警報和建議

如需更多信息：Canada.ca/respiratory-viruses



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Canada