

保持健康!

有很多您日常可做的事情，
有助于防止病毒和细菌传播。



**咳嗽和打喷嚏时，
请遮住口鼻**

请用臂弯或衣袖，
而不是用手。



**请洗手
至少20秒**

经常用肥皂和水洗手，
或使用酒精类洗手液。



**避免
触摸脸颊**

请不要用未洗净的
手触摸自己的眼睛、
鼻子和嘴。

- 如果您出现发烧、咳嗽和/或呼吸困难，且最近到过正有冠状病毒传播的地区，或是与最近曾到过这些地区的人有过密切接触，请去看医生。
- 如果您有症状但没有近期旅行纪录，请待在家中，并打电话给医生。
- 如果需要连接到医疗保健提供者，请致电311。

根据《纽约市人权法》，因种族或出生国原由骚扰他人是非法行为。
致电 **311**，将骚扰或歧视上报给**纽约市人权委员会**。

欲获得更多的**冠状病毒**及**流感**相关信息，请访问nyc.gov/health。