

Conseils pratiques pour la prévention du COVID-19

La Société Libanaise d'Obstétrique et de Gynécologie (LSOG) prend soin de votre santé et vous encourage à être propre et en sécurité dans la situation actuelle du COVID-19.

Voici quelques conseils et mesures préventifs à suivre dans votre vie quotidienne.



NETTOYER VOS MAINS

- Lavez les mains fréquemment avec du savon et de l'eau pendant au moins 20 secondes
- Utilisez un désinfectant (au moins 60% d'alcool) si l'eau et le savon ne sont pas disponibles

DISTANCIATION SOCIALE

- Évitez les contacts étroits avec les malades
- Évitez les lieux publics et la foule, sauf si nécessaire



TOUX ET ETERNUEMENTS

- Couvrez la bouche et le nez avec un mouchoir lorsque vous toussiez ou éternuez
- Jetez les mouchoirs utilisés à la poubelle



SI VOUS ETES MALADE

- Portez un masque facial si vous êtes malade
- Pratiquez l'auto-isolément pour éviter d'infecter les autres



DÉSINFECTER ET NETTOYER

- Nettoyez toutes les surfaces courantes avec du savon avant la désinfection
- Désinfecter les surfaces couramment touchées avec des solutions d'alcool



RESTEZ EN SECURITE