

- Измивайте редовно ръцете си с вода и сапун или използвайте дезинфектант за ръце на алкохолна основа;
- Избягвайте да докосвате очите, устата и носа си;
- Използвайте маска, закриваща устата и носа. След поставянето ѝ избягвайте да я докосвате, а след сваляне я изхвърлете веднага и измийте ръцете си;
- При възникнали симптоми на остра респираторна инфекция спазвайте т. нар. респираторен етикет - при кихане и кашляне закривайте устата и носа си с еднократни хартиени кърпи за нос, които след употреба изхвърлете незабавно и измийте ръцете си. При невъзможност, използвайте ръкава на носената дреха като свийте ръката в лакътната става, така че с предмишницата да се прокрият носа и устата. Не използвайте дланта на ръката си.
- При поява на висока телесна температура, кашлица или затруднено дишане потърсете незабавно медицинска помощ и споделете с медицинския специалист информация за пътуването си.

За пристигащи от Китай:

В случай на симптоми, подсказващи за респираторни заболявания преди, по време или след пътуване:

- Избягвайте контакти с други хора и потърсете медицинска помощ от лекар-инфекционист, а при невъзможност от общопрактикуващ лекар;
- Използвайте маска, покриваща носа и устата;
- Избягвайте използването на обществения транспорт;
- Задължително информирайте медицинските специалисти за подробности за пътуването – дати на отпътуване и завръщане, продължителност на престоя, места, на които са пребивавали, евентуални контакти с болни, посещения на пазари за животни или контакти с животни.

В случай, че симптомите на респираторна инфекция се появят по време на полет, информирайте незабавно за това екипажа на самолета.