



التزامنا بالطرق الوقائية الصحيحة ..
واتباع الإرشادات الصحية ..
يعزز من تقوية جهازك المناعي ...
#رمضان
#النجاة_الخيرية

6 نصائح لأصحاب الأمراض المزمنة للوقاية من عدوى كورونا

تجنب الأماكن
المزدحمة



الابتعاد عن الأشخاص
المصابين بأعراض تنفسية



الالتزام بالأدوية التي
تم وصفها حسب تعليمات
الطبيب



المحافظة على
غسل اليدين



تناول الطعام
الصحي



تغطية الأنف والفم
بالمنديل عند العطاس
أو السعال

