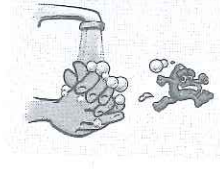


# করোনা ভাইরাস প্রতিরোধে করণীয়

- সাবান ও পানি দিয়ে ঘনঘন হাত পরিষ্কার করুন।



- হাঁচি-কাশি দেওয়ার সময় টিস্যু বা বাহু বাঁকা করে কনুই (flexed elbow) দিয়ে মুখ ঢেকে রাখুন, যাতে হাতের তালু জীবাণুমুক্ত থাকে। ব্যবহৃত টিস্যুটি তাৎক্ষণিকভাবে ময়নার বুড়িতে ফেলে দিন।



- জ্বর ও কাশিতে আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন।



- জ্বর, কাশি ও শ্বাসকষ্ট দেখা দিলে দ্রুত ডাক্তারের পরামর্শ নিন। সম্প্রতি বিদেশ ভ্রমণ করে থাকলে তা ডাক্তারকে অবহিত করুন।



- কাঁচা দুধ ও অর্ধসেদ্ধ মাংস পরিহার করতে হবে। ভালভাবে রান্না করে এসব খাবার খেতে হবে।



সূত্র: বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা

সচেতনতায়: জার্নালিজম এন্ড ম্যাস কমিউনিকেশন (জেএমসি) বিভাগের ৩৭ ব্যাচের শিক্ষার্থীবৃন্দ