

추운 계절과 독감 시즌을 건강하게 보내는 5가지 방법 :

1

백신 접종을 받으세요.
독감, COVID-19, 호흡기 세포융합 바이러스에 대한 최신 백신을 접종 받으세요.



2

사람이 많은 장소에서는 마스크를 착용하세요.
다른 사람들과 가까운 거리에 있을 때는 마스크를 착용하세요.



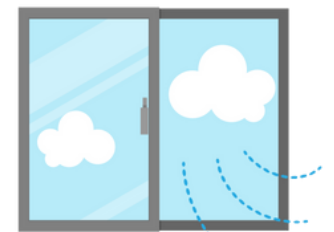
3

손을 자주 씻으세요.
손을 씻을 수 없을 경우에는 손 소독제를 사용하세요.



4

실내 공기 흐름을 개선하세요.
창문을 열어 환기하고 환풍기를 사용하세요.



5

충분한 수면을 취하고 영양가 있는 음식을 섭취하세요.
신체를 건강하게 유지하세요.

