

**2019 NOVEL CORONAVIRUS
Acute Respiratory Disease
(2019-nCoV ARD)**

HEALTH ADVISORY



Tamang Paraan ng Pag-Ubo (Cough Manners)

Ang pagtakip sa ilong at bibig ay hindi lamang mabuting asal, nakakatulong ito na mabawasan ang pagkalat ng mga mikrobyo o ng mga nakakahawang virus na kumakalat dahil sa talsik ng laway sa pag-ubo o pagbahin.



Takpan ang ilong at bibig gamit ang braso o tisyu.



Itapon ang ginamit na tisyu sa basurahan.



Ugaliing maghugas ng kamay pagkatapos umubo o bumahin.



8711-1001
8711-1002



OfficialDOHgov
doh.gov.ph