

健康在您手

AHEC



[www.fyiahec.org](http://www.fyiahec.org)

区域健康教育中心 AHEC

提醒您勤洗手可以预防禽流感等疾病。

因为它可以杀死引起和传播疾病的细菌。

在准备食品和吃东西之前, 或者在咳嗽,

喷嚏和擦鼻子之后, 请用肥皂和水洗手二十秒。

在使用过厕所或处理过垃圾, 尿布或动物之后请洗手。

在探望病人之前之后一定要洗手。

记住这些简单的任务可以使您保持健康。

**因为健康在您手**

The AHEC Prevention Team has prepared this tool as a part of the statewide AHEC campaign, *Your Health is in Your Hands*. Partial funding for this project was provided by Health Education Centers of Texas, grant D39-HP02165-03-00. For more information, go to [www.fyiahec.org](http://www.fyiahec.org).