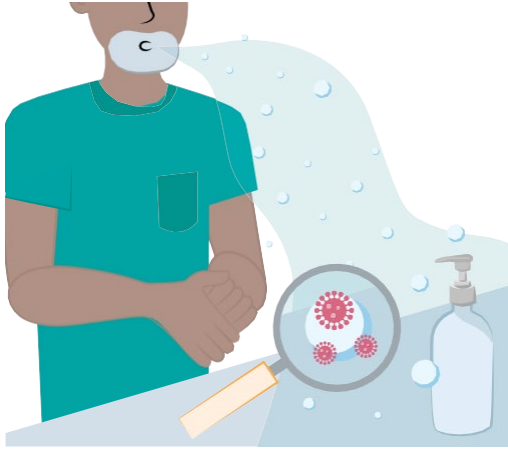


# ከመተንፈሻ የሚወጡ ጠብታዎች ይተላለፋሉ



ከአፍህ ወይም ከአፍንጫህ በምትተነፍስበት ጊዜ ሁሉ አንተም ነህ ውሃ መተንፈስ ወይም መተንፈሻ ጠብታዎች።

እነዚህ ጠብታዎች በአየር ላይ ሊጓዙ እና መሬት ላይ ማረፍ ይችላሉ።

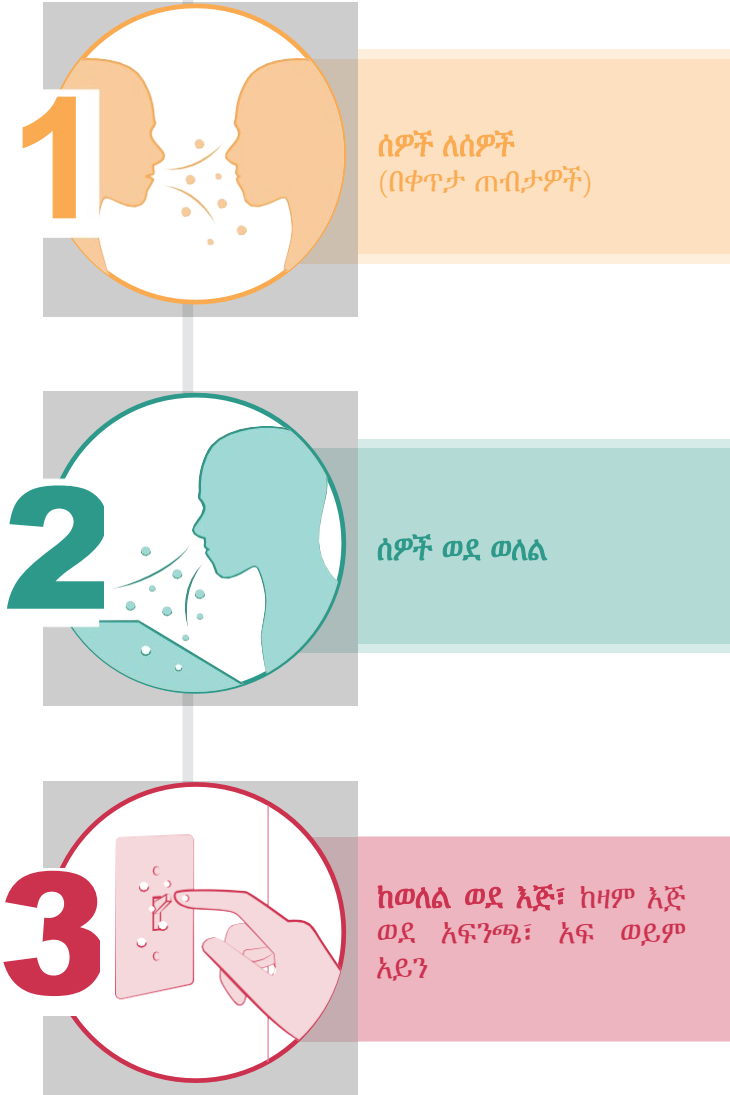
አብዛኛዎቹ ጠብታዎች ለማየት በጣም ትንሽ ናቸው፤ ግን የቫይረስ ቅንጣቶችን ሊይዙ ይችላሉ።



**በመተንፈሻ ጠብታዎች የሚተላለፉ ቫይረሶች የሚከተሉትን ያካትታሉ፡-**

- SARS-CoV-2
- ኢንፍሉዌንሻ
- አዴኖቫይረስ
- የመተንፈሻ አካላት ሲኒኪቲያል ቫይረስ(ኦ.ኤስ.ቪ.)

## በ5 አይነት መንገድ ከመተንፈሻ የሚወጡ ጠብታዎች ሊሰራጩ ይችላሉ፡-



**1** ሰዎች ለሰዎች (በቀጥታ ጠብታዎች)

**2** ሰዎች ወደ ወለል

**3** ከወለል ወደ እጅ፣ ከዛም እጅ ወደ አፍንጫ፣ አፍ ወይም አይን

**4** እጅ ለእጅ፣ ከዛም እጅ ወደ አፍንጫ፣ አፍ ወይም አይን

**5** እጅ ወደ ወለል

**ከመተንፈሻ የሚወጡ ጠብታዎች ከዱካቸው ማጥፋት፡-**

-  የግል መከላከያ ይጠቀሙ
-  የእጅ ንፅህናን ይከተሉ
-  ወለሎችን ያጽዱ እና በጸረ ተባይ ያጽዱ