

Буду кратка. Если у вас насморк и кашель, но вы не можете остаться дома и вынуждены пользоваться общественным транспортом, пожалуйста, хотя бы берите с собой платки или салфетки. Прикрывайте ими рот и сморкайтесь в них, а не в пальцы, которыми вы потом обтираете поручни. Мало того, что на это просто противно смотреть, так вы же ещё и щедро одаряете вирусами всех, кто имел несчастье оказаться рядом.

В идеале вообще в такой ситуации лучше носить маски: тем, кто пока не заболел, они не всегда помогут, а вот те, кто уже болен, могут защитить окружающих от своего биологического оружия.

А то несколько раз постоишь в набитом вагоне над человеком, кашляющим так, что брызги летят во все стороны, а потом ещё постоишь рядом с персонажами, всю дорогу вытирающими сопливый нос пальцами, — и привет, ОРВИ. Надоело.

Подумайте о том, что если эти нехитрые правила поведения будут соблюдать большинство пользователей общественного транспорта, то каждый из нас будет болеть реже. Каждый, вы в том числе.

[Read Full Article](#)