وتكون احتمالية انتشارها بين الأفراد عالية بشكل خاص في بيئات مثل الأماكن العامة وأماكن العمل والمدارس. وتنظيف الأسنان بالفرشاة للحفاظ على صحة الفم، يمكن لعادات بسيطة كهذه أن تحدث فرقاً كبيراً في الحد من انتشار العدوى مثل الإنفلونزا والتهابات الجهاز التنفسي والأمراض الجلدية. تعزز النظافة الشخصية الشعور بالراحة والثقة بالنفس ولها تأثير إيجابي على الصحة النفسية. تساهم النظافة الشخصية أيضاً مساهمة كبيرة في حماية المجتمع ككل. وذلك لأنها تقلل من انتقال العدوى بين الأفراد وتقوي مناعة المجتمع ضد الأمراض والأوبئة. لذلك فإن رفع مستوى الوعي بأهمية النظافة الشخصية وتعزيز ثقافة النظافة الشخصية أمر ضروري، حيث تلعب دوراً مهماً في تحسين نوعية الحياة ومستوى الصحة العامة.

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي