

**ป้องกัน**

ไวรัสโคโรนา 2019  
ด้วย...

**ล้าง**

**เสี่ยง**

**ลด**

จัดทำ : 14/03/63

ศูนย์ปฏิบัติการ  
ภาวะฉุกเฉิน

สายด่วน  
กรมควบคุมโรค  
1422



กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control



**ล้าง**มือ

**ล้างมือ**ก่อนรับประทานอาหาร

**ล้างมือ**หลังเข้าห้องน้ำ สัมผัสสิ่งสกปรก ลูกบิดประตู

**ล้างมือ**ด้วยสบู่และน้ำ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ



**เสี่ยง**  
การติดโรค

**เสี่ยง**การสัมผัสผู้ป่วยที่มีอาการหวัด

**เสี่ยง**การเข้าไปในพื้นที่แออัด และพื้นที่ระบายอากาศไม่ดี  
(ถ้าเสี่ยงไม่ได้ให้สวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย และหมั่นล้างมือ)



**ลด**  
การแพร่  
กระจายเชื้อ

**ลด**ระยะเวลาการอยู่ในที่ชุมนุมชน

**ลด**กิจกรรมที่ทำร่วมกันของคนหมู่มาก

**ลด**การแพร่กระจายเชื้อ เจ็บป่วยให้หยุดเรียนหยุดงาน

รู้กัน กันโรค



**ด้วยความปรารถนาดี...จาก อบต.บ้านชะอวด อำเภอจุฬาภรณ์**

**จังหวัดนครศรีธรรมราช**

# วิธีการป้องกัน รับมือ “ไวรัสโคโรนา”

## อาการ



มีไข้สูง

มีอาการไอ  
รู้สึกเจ็บคอ

น้ำมูกไหล

หายใจเหนื่อยหอบ  
หายใจลำบาก

หากมีอาการดังกล่าวและจัดอยู่ในกลุ่มเสี่ยง  
ควรรีบไปพบแพทย์ทันที!!!



## วิธีป้องกัน



ใส่หน้ากากอนามัย  
เพื่อป้องกัน



ควรทานอาหารที่ปรุงสุกแล้ว  
งดอาหารดิบ และเนื้อสัตว์ป่า  
และใช้ช้อนกลาง



หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่  
แออัดและมีมลภาวะเป็นพิษ  
งดเดินทางไปยังพื้นที่  
เสี่ยงโรคระบาด



ไม่ใช่สิ่งของร่วมกับผู้อื่น  
เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ฯลฯ



หมั่นล้างมือด้วยสบู่  
หรือเช็ดด้วยแอลกอฮอล์



ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยที่ไอ จาม  
ผู้ที่มีอาการคล้ายไข้หวัด



ไม่นำมือมาสัมผัส  
ตา จมูก ปาก



## ใครคือกลุ่มเสี่ยง

- ผู้ที่เดินทางมาจากพื้นที่ระบาดภายใน 14 วัน
- ผู้ที่อาศัยในพื้นที่เสี่ยง หรือเข้าโรงพยาบาล  
ในประเทศที่มีการแพร่ระบาดของโรค
- เคยสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีการยืนยันการติดเชื้อ
- สัมผัสสัตว์ที่เป็นแหล่งโรค



โรงพยาบาลสิครินทร์  
เคียงข้างคุณ ทุกช่วงของชีวิต



1728  
www.sikarin.com



Follow Sikarin  
@Sikarinhospital