

ใครควรใส่หน้ากากอนามัย?



1. ผู้ป่วยที่มีอาการของหวัด เช่น ไข้ ไอ หรือน้ำมูก
2. ผู้ที่ต้องอยู่ในสถานที่ที่มีคนอยู่หนาแน่น

5 ขั้นตอน ทำความสะอาดหน้าปิดปาก



ล้างหน้าปิดปากด้วยน้ำเปล่า



ใช้สบู่อัด
ห้ามใช้ผงซักฟอก/น้ำยาปรับผ้านุ่ม



ใช้มือซักเบาๆ
ห้ามใช้เครื่องซักผ้า



บิดให้แห้งสนิท



เป่าพัดลม ตากแดดเพียง 3-5 นาที

สร้างเกราะป้องกัน "ไวรัสโคโรนา"

ท่วงการล้างมือ 7 ขั้นตอน



ถูฝ่ามือ



ถูหลังมือ ซอกนิ้ว



ฝ่ามือถู ฝ่ามือ แล-นิ้วถูซอกนิ้ว



หลังนิ้วมือ ถูฝ่ามือ



ถูนิ้วหัวแม่มือ โยรอนด้วยฝ่ามือ



ปลายนิ้วมือ ถูข้างฝ่ามือ



ถูรอบข้อนิ้ว



โรคไวรัสโคโรนา



COVID-19

โดย... อบต.ปากทาง

โทร.056 - 608999

และกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต. ปากทาง

โทร. 056-608999

ไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019

ต้นตอโรคปอดอักเสบในจีน



สาเหตุ

คาดว่ามาจากเชื้อโคโรนา
ในค้างคาว แพร่สู่งแล้วแพร่สู่คนอื่นที่
แพร่ระบาดจาก **เมืองอู่ฮั่น** ประเทศจีน

กลุ่มเสี่ยง

- ▶ เด็กเล็ก ▶ ผู้สูงอายุ
- ▶ ผู้ที่มีโรคประจำตัว
- ▶ ผู้ที่มีภาวะคุ้มกันบกพร่อง
- ▶ คนดูแลหรือใกล้ชิดผู้ป่วย
- ▶ บุคลากรทางการแพทย์

คำแนะนำเพิ่มเติม

อาการ

มีไข้

ไอ จาม
มีน้ำมูก

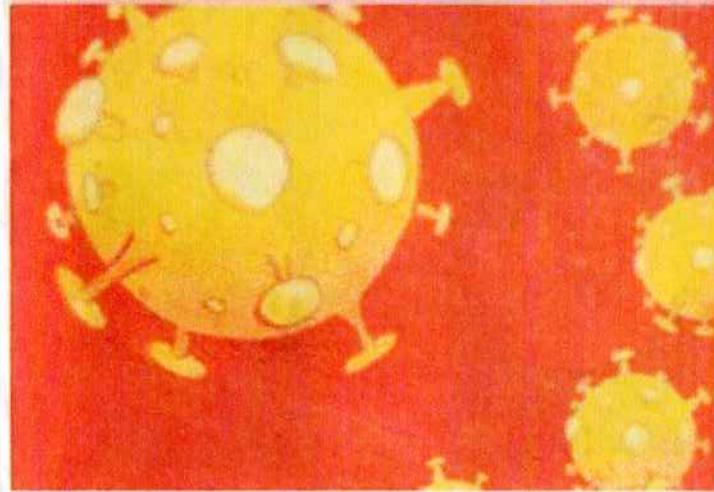
หายใจ
ลำบาก
เหนื่อยหอบ

เจ็บคอ

เจ็บ
หน้าอก



หากมีอาการดังนี้ ควรรีบพบแพทย์ทันที



- ▶ เลี่ยงการสัมผัสกับผู้ป่วย
- ▶ เลี่ยงการไปตลาดค้าสัตว์
- ▶ กินเนื้อสัตว์และไข่ปรุงสุก



วิธีป้องกัน



สวมหน้ากาก
อนามัย



ล้างมือ
ให้สะอาด



รักษาสุขภาพ
ให้แข็งแรง



เลี่ยง
พื้นที่แออัด



เลี่ยง
การใกล้ชิดผู้ป่วย

- ▶ ไม่ควรสัมผัส/ใกล้ชิด
สัตว์ป่วย หรือตาย
- ▶ ไม่ใช่ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น