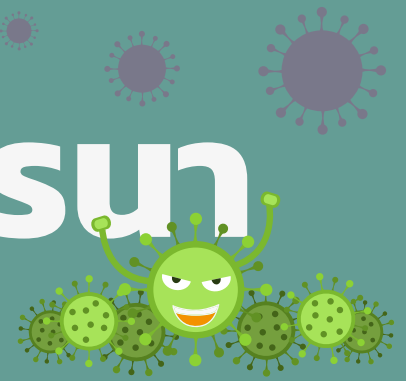




วิธีป้องกัน ตนเองเบื้องต้นจาก ไวรัสโคโรนา

จากกรณี การแพร่ระบาดของ "ไวรัสโคโรนา" สายพันธุ์ใหม่ ทำให้มีผู้ป่วย
ติดเชื้ทั่วโลกจำนวนมาก เพื่อความปลอดภัย ประชาชนควรป้องกันและ
ปฏิบัติตามคำแนะนำ ดังนี้



หลีกเลี่ยงการเดินทางไปยัง
พื้นที่เสี่ยงในประเทศจีน



หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด
มีมลภาวะ ไม่อยู่ใกล้ผู้ป่วยไอจาม



หลีกเลี่ยงการเข้าไปในตลาดค้าสัตว์มีชีวิต
สัมผัสหรือใกล้ชิดสัตว์ที่ป่วย



หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ
ไม่นำมือสัมผัสใบหน้าโดยไม่จำเป็น



ใช้ผ้าสะอาดปิดจมูกและปาก
เมื่อไอหรือจาม



สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่อ
อยู่ในสถานที่สาธารณะ



รับประทานอาหารปรุงสุกร้อน
โดยเฉพาะอาหารประเภท
เนื้อสัตว์และไข่



ไม่ใช้ของส่วนร่วมกับผู้อื่น
เนื่องจากเชื้ก่อโรคร่างกาย
ทางเดินหายใจเข้าสู่ร่างกายได้
จากการสัมผัสสารคัดหลั่ง



หลังเดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยง
ในประเทศจีนหรือจากต่างประเทศ
หากมีอาการไข้ มีอาการทางระบบหายใจ
ให้รีบไปพบแพทย์ทันที

ข้อมูลจาก: กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

