

ป้องกัน

ไวรัสโคโรนา 2019 ด้วย...

ล้าง

เลี่ยง

ลด

จัดทำ : 14/03/63



ศูนย์ปฏิบัติการ
ภาวะฉุกเฉิน

สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



ล้างมือ

ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร

ล้างมือหลังเข้าห้องน้ำ สัมผัสสิ่งสกปรก ลูกบิดประตู

ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ



เลี่ยง การติดโรค

เลี่ยงการสัมผัสผู้ป่วยที่มีอาการหวัด

เลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่แออัด และพื้นที่ระบดโดยไม่จำเป็น
(ถ้าเลี่ยงไม่ได้ให้สวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย และหมั่นล้างมือ)



ลด การแพร่ กระจายเชื้อ

ลดระยะเวลาการอยู่ที่ชุมนุมชน

ลดกิจกรรมที่ทำร่วมกันของคนหมู่มาก

ลดการแพร่กระจายเชื้อ เจ็บป่วยให้หยุดเรียนหยุดงาน

f รู้ทัน กันโรค

การเฝ้าระวังและสังเกตตนเองหากเข้าข่าย

สัมผัสเสี่ยงสูงโควิด 19



BMA
กรุงเทพมหานคร
BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION

Now
Safe Bangkok

ผู้สัมผัสใกล้ชิด เสี่ยงสูง

เช่น ทานอาหาร ดื่มสุรา
อยู่ในสถานที่ระบบปิด
โดยไม่สวมหน้ากาก
ร่วมกับผู้ติดเชื้อ

>>> สัมผัสใกล้ชิดกับ

- 1 ผู้ติดเชื้อเข้าข่าย (Probable)
พบผลบวก ตรวจด้วย ATK หรือ
- 2 ผู้ติดเชื้อยืนยัน (Confirm)
พบผลบวก ตรวจด้วย RT-PCR

กักตัวที่บ้าน Home Quarantine

7 วัน

กักตัวอยู่ที่บ้าน

สังเกตอาการป่วยของตนเองทุกวัน

ตรวจ ATK ครั้งที่ 1
วันที่ 5-6 หลังสัมผัสใกล้ชิด
ผู้ติดเชื้อครั้งสุดท้าย

หากพบติดเชื้อด้วย ATK
ให้ลงทะเบียน
โทร. 1330 สปส.
เพื่อเข้าสู่ระบบการดูแลรักษา

สังเกตอาการตนเอง Self-Monitoring

3 วัน

ออกนอกพื้นที่ได้

ตรวจ ATK ครั้งที่ 2
วันที่ 10 หลังสัมผัสใกล้ชิด
ผู้ติดเชื้อครั้งสุดท้าย

- 1 ไปทำงานได้ แยกพื้นที่กับผู้อื่น
- 2 ปฏิบัติตามมาตรการ
Universal Prevention
- 3 งดออกจากบ้านไปอีก 3 วัน
- 4 งดไปสถานที่สาธารณะ
- 5 งดใช้ขนส่งสาธารณะที่หนาแน่น

f t
กรุงเทพมหานคร
สำนักงานประชาสัมพันธ์

PRbangkok



การป้องกันการติดเชื้อโควิด 19 แบบครอบจักรวาล



Universal Prevention for COVID-19



ออกจากบ้านเมื่อจำเป็น



ผู้สูงอายุมากกว่า 60 ปี และผู้มีโรคเรื้อรัง
ออกจากบ้านเท่าที่จำเป็น
(น้อยครั้งและใช้เวลาสั้นที่สุด)



เว้นระยะห่าง 1-2 เมตร
ในทุกสถานที่



สวมหน้ากากอนามัย
และทับด้วยหน้ากากผ้า
ทั้งในและนอกบ้าน
เมื่อมีคนมากกว่า 2 คน



หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสหน้ากากอนามัย
รวมทั้ง ใบหน้า ตา จมูก ปาก โดยไม่จำเป็น



ล้างมือบ่อยๆ
ด้วยสบู่/เจลแอลกอฮอล์ทุกครั้ง
ก่อนรับประทานอาหาร หลังใช้ส่วน
ไอ จาม หรือสัมผัสวัตถุ/สิ่งของร่วมกัน



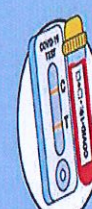
ทำความสะอาดน้ำเช็ดพื้นผิว
ที่ถูกสัมผัสบ่อยๆ



แยกของใช้ส่วนตัวทุกชนิด
ไม่ควรใช้ของร่วมกับผู้อื่น



เลือกทานอาหารที่ร้อนหรือปรุงสุกใหม่
ทานแยกสำรับ หากทานร่วมกัน
ให้ใช้ช้อนกลางส่วนตัว



หากสงสัยว่าตัวเองมีความเสี่ยง
เช่น สัมผัสผู้ที่อาจติดเชื้อ หรือมีอาการ
ควรตรวจด้วย ATK หรือไปรับ
การตรวจที่สถานพยาบาลใกล้บ้าน

28/08/64

จัดทำโดย
สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา



<https://pr.moph.go.th>



fanmoph



pr_moph



healthmoph



moph channel



การติดเชื้อโรค โควิด-19



ศูนย์ข้อมูล
COVID-19

สมาชิกใน
ครอบครัว
เดียวกัน
ติดโรค



พูดคุย
กับผู้ป่วย
เกิน 5 นาที



ผู้ป่วย
ไอ จาม รด



อยู่ในสถานที่
อากาศไม่ถ่ายเท
กับผู้ป่วย
เกิน 5 นาที



มารู้จัก.. COVID-19

(ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019)



โรคติดต่อทางเดินหายใจ

ที่ส่งผลให้เกิดโรคปอดอักเสบ มีอาการสำคัญคือ
ไข้ ไอ หายใจเหนื่อยหอบ ไวรัสสามารถแพร่กระจาย
จากคนสู่คนได้ผ่านทางการไอ จาม สัมผัส
น้ำมูก น้ำลาย

พบการระบาดครั้งแรก

ตลาด South China Seafood

เมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ ประเทศจีน

จากนั้นแพร่ระบาดไปหลายๆพื้นที่ในประเทศจีนและประเทศอื่นๆ

