

โอกาสการเสี่ยงต่อโรค

- *ถ้าไม่มีอาการ + ไม่มีประวัติเดินทางไปพื้นที่ + ไม่ได้ใกล้ชิดกับผู้เสี่ยง = โอกาสเสี่ยงน้อยมาก
- **มีอาการ + ไม่มีประวัติเดินทางไปพื้นที่ + ไม่ได้ใกล้ชิดกับผู้เสี่ยง = โอกาสเสี่ยงน้อย
- ***ไม่มีอาการ + มีประวัติเดินทางไปพื้นที่ + ใกล้ชิดกับผู้เสี่ยง = โอกาสเสี่ยงสูงมาก

การทำความสะอาดที่พัก

ควรทำความสะอาดสถานที่ อุปกรณ์ เครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได โต๊ะอาหาร ผ้าห่ม ผ้าปูเตียง เครื่องครัว จาน ชาม ช้อน ช้อน แก้วน้ำ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดด้วยเช็ดด้วยแอลกอฮอล์ 70% / ผงซักฟอก / สบู่ อย่างน้อยวันละ 1-2 ครั้ง

การดูแลตนเองและการป้องกันการแพร่ระบาด

- หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้มีอาการคล้ายไข้หวัดหรือมีอาการติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด / ผุ้คนจำนวนมาก และระยะห่างจากผู้อื่นอย่างน้อย 2 เมตร
- กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่ (ล้างมือใช้เวลาอย่างน้อย 20 วินาที)
- สวมหน้ากากอนามัยเป็นประจำ
- ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงการเข้าไปตลาดค้าสัตว์และสัมผัสสัตว์ที่ป่วยหรือตาย
- ทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้ร่วมกันสม่ำเสมอ
- รับประทานอาหารปรุงสุก สะอาด มีสารอาหารครบถ้วน
- นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
- ดูแลจิตใจ ไม่ตื่นตระหนก ตกใจ หวาดกลัว เครียด และวิตกกังวล

ก่อนออกจากบ้าน
สวมหน้ากากอนามัย
ทุกครั้ง
ป้องกัน COVID-19



การดูแลตนเองและการ
ป้องกันการแพร่ระบาด
ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโร
นา 2019 (COVID-19)

COVID-19



SiWosod



โดย

กองทุนหลักประกันสุขภาพ
องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านค่าย
อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ
โทรศัพท์ 044-800162 ต่อ 15

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 คือ ?

เป็นตระกูลของไวรัสที่ก่อให้เกิดอาการป่วยตั้งแต่โรคไข้หวัดธรรมดาไปจนถึงโรคที่มีความรุนแรงมาก ซึ่งเป็นสายพันธุ์ใหม่ที่ไม่เคยพบมาก่อนในมนุษย์ก่อให้เกิดอาการป่วยระบบทางเดินหายใจในคน และสามารถแพร่เชื้อจากคนสู่คนได้ โดยเชื้อไวรัสนี้พบครั้งแรกในการระบาดในเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ สาธารณรัฐประชาชนจีน ในช่วงปลายปี พ.ศ.

มีอาการอย่างไร?

อาการทั่วไป ได้แก่ อาการระบบทางเดินหายใจ มีไข้ ไอ หายใจถี่ หายใจลำบาก ในกรณีที่อาการรุนแรงมาก อาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม ปอดอักเสบ ไตวาย หรืออาจเสียชีวิต

รักษาอย่างไร?

การรักษาแบบประคับประคองเพื่อบรรเทาอาการป่วยต่างๆ และฉีดวัคซีนป้องกันสร้างภูมิคุ้มกันโรค

ระยะเวลาการมีชีวิตรอดของ เชื้อในสิ่งแวดล้อม เช่น บนสิ่งของอาหาร?

ยังไม่มีข้อมูลที่ชัดเจนว่า อยู่บนพื้นผิวได้นานเพียงใด ข้อมูลเบื้องต้นแสดงให้เห็นว่าไวรัสอาจอยู่รอดได้ไม่กี่ชั่วโมง โดยน้ำยาฆ่าเชื้อสามารถฆ่าเชื้อไวรัสไม่ให้สามารถแพร่เชื้อได้

สามารถแพร่กระจายเชื้อได้ อย่างไร ?

ส่วนใหญ่แพร่กระจายผ่านการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ ผ่านทางละอองเสมหะจากการไอ จาม น้ำมูก น้ำลาย

หากท่านกลับมาจาก ประเทศกลุ่มเสี่ยง และ กทม. / และปริมณฑลควร ทำอย่างไร?

ควรแจ้งข้อมูลกับผู้นำชุมชน หรือ อสม. ใกล้บ้าน เพื่อลงทะเบียน และควรพักอยู่ในบ้านภายใน 14 วัน หลีกเลี่ยงคลุกคลีกับผู้อื่น ถ้ามีอาการไข้ ร่วมกับ อาการทางเดินหายใจ เช่น ไอ จาม มีน้ำมูก เหนื่อย หอบ ให้โทรไปที่เบอร์ 1422 จะมีทีมเจ้าหน้าที่สาธารณสุขไปรับตัวถึงบ้าน พร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง (ไม่ควรปกปิดข้อมูล) เพื่อรับการ



ตระหนัก

ไม่ตระหนัก

ป้องกัน COVID-19
ด้วยวิธี
สวมหน้ากาก
ล้างมือบ่อยๆ
และเว้นระยะห่าง