



ข่าวประชาสัมพันธ์

โทร. 0 3620 1123 โทรสาร.0 3620 1385
www.banmoh.go.th

เรื่อง วิธีป้องกันรับมือไวรัส COVID-19

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ หรือที่เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า COVID-19 | โควิด19 ที่กำลังระบาดอยู่ในขณะนี้มีความรุนแรงเทียบเท่ากับโรคซาร์สมากที่สุด ทำให้ผู้ป่วยมีอาการปอดอักเสบรุนแรงจนถึงแก่ชีวิตได้

ดังนั้น การดูแลตนเองเพื่อให้ร่างกายห่างไกลจากเชื้อไวรัส COVID-19 โดยมีวิธีการรับมือ ดังนี้

1. เชื้อไวรัสนี้ติดต่อผ่านทางลมหายใจ สารคัดหลั่ง เช่น น้ำมูก น้ำลาย ควรใส่หน้ากากอนามัยเพื่อป้องกัน
2. เชื้อไวรัสโคโรนาติดต่อในสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม เนื้อสัตว์ เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว ควรทานแบบสุกเท่านั้น
3. ควรทานอาหารที่สุกแล้ว งดอาหารดิบ และเนื้อสัตว์ป่า
4. หมั่นล้างมือหรือเช็ดด้วยแอลกอฮอล์
5. ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยที่ไอ จาม
6. หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด และมีมลภาวะเป็นพิษ
7. งดเดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยงโรคระบาด
8. ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก ถ้าไม่จำเป็น
9. ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ฯลฯ
10. ถ้ามีอาการไข้ มีอาการระบบทางเดินหายใจ เช่น ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หายใจเหนื่อยหอบ ให้สวมหน้ากากอนามัย และรีบไปพบแพทย์ทันที

ด้วยความปรารถนาดี จากเทศบาลตำบลบ้านหม้อ