

เกี่ยวกับการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (COVID-19)

■การระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่คือ?

ตั้งแต่เดือนธันวาคมปี2019เกิดการระบาดของเชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (COVID-19) ที่มีต้นกำเนิดการแพร่ระบาดมาจากมณฑลหูเป่ย์ประเทศจีน มีการรายงานว่าผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสจะมีอาการไอ มีไข้สูงและปอดอักเสบเป็นต้น เชื้อไวรัสสามารถแพร่กระจายไปสู่ผู้อื่นจากลมหายใจและจากการสัมผัสผู้ป่วย

■สำหรับผู้ที่มีอาการตามด้านล่างนี้ ขอให้ปรึกษา “ศูนย์ปรึกษาสำหรับผู้ที่เดินทางกลับมาจากต่างประเทศ/ผู้ที่มีโอกาสเสี่ยงติดเชื้อ”

- มีอาการไข้หวัด หรือมีไข้สูงกว่า 37.5 องศา นานกว่า 4 วัน (กรณีที่เป็นผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีโรคประจำตัวหากมีอาการนานกว่า 2 วัน)
- มีอาการเมื่อยล้า หรือหายใจลำบาก ที่มีอาการรุนแรง

เมื่อปรึกษาที่ศูนย์แล้ว กรณีที่ได้รับคำตอบว่ามีโอกาสที่จะติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่

จะแนะนำสถานรักษาพยาบาลเฉพาะทางให้กับท่าน

ขอให้เดินทาง ไปรับการตรวจโดยใส่หน้ากากอนามัยและเดินทางโดยไม่ใช้บริการการขนส่งสาธารณะ

■ พยายามช่วยกันป้องกันการติดเชื้อและการแพร่ระบาด

หากมีอาการไข้หวัด เช่น มีไข้ เป็นต้น ขอให้หยุดเรียน หรือหยุดงาน

การป้องกันด้วยตนเอง

- กลับมาจากข้างนอกควรล้างมือให้สะอาด
- ใช้สารแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อที่มือและนิ้ว
- ไม่ไปสถานที่แออัด
- พยายามให้อากาศภายในห้องถ่ายเท ไม่อับชื้น
- ดูแลสุขภาพสม่ำเสมอ พักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และดื่มน้ำให้เพียงพออย่างเหมาะสม



ป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่ระบาดด้วยการรักษามารยาทการไอ

- หากมีอาการไอ หรือ จามให้สวมหน้ากากอนามัย
- ขณะไอหรือจาม ควรเอาทิชชูป้องปากและจมูก



ข่าวสารหลายภาษาเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (ภาษาญี่ปุ่นที่เข้าใจง่าย • ภาษาอังกฤษ)

<http://www.spira.or.jp/topic/corona>

รับให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่แก่ผู้อาศัยชาวต่างชาติ

เบอร์โทรศัพท์ **092-687-5535**

วันที่รับเรื่อง

สามารถติดต่อสอบถามได้ตลอด 24 ชั่วโมง

ภาษาที่ใช้

English(英語)、中文(中国語)、한국어(韓国語)、Tiê'ng Viêt (ベトナム語) Bahasa Melayu(マレー語)、
 नेपाली (ネパール語)、 Tagalog(タガログ語)、 Bahasa indonesia(インドネシア語)、 Portuguese(ポルトガル
 語)、 Le français(フランス語)、 Español(スペイン語)、 Русский язык(ロシア語)、 Italiano(イタリア語)、
 Deutsch(ドイツ語)、 ภาษาไทย(タイ語)、 မြန်မာဘာသာ (ミャンマー語)、 கமேல்து (クメール語)、
 Монгол(モンゴル語)

ล้างมือให้สะอาด

ถูสบู่ให้เป็นฟองแล้วล้างมือตามขั้นตอนข้างล่างนี้

<p>ตรวจเช็คก่อนล้างมือ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ตัดเล็บสะอาดหรือไม่ ◆ ถอดนาฬิกาและแหวนหรือยัง <p>Check !</p> 		<p>บริเวณที่สกปรกง่าย</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ปลายนิ้ว ◆ ซอกเล็บ ◆ บริเวณหัวแม่มือ ◆ ข้อมือ ◆ ร่องมือ
<p>(1) ถูสบู่ให้เป็นฟองแล้วล้างอุ้งมือ</p>	<p>(2) กางนิ้วถูบริเวณหลังมือ</p>	
		
<p>(3) ล้างปลายนิ้วและซอกเล็บให้สะอาด</p>	<p>(4) ทำความสะอาดระหว่างนิ้ว</p>	
		
<p>(5) เอามือข้างหนึ่งกำนิ้วโป้งแล้วถูบิดไปมา</p>	<p>(6) อย่าลืมล้างที่ข้อมือด้วย</p>	
		
<p>ล้างฟองสบู่ออก แล้วใช้ผ้าขนหนูสะอาดเช็ดให้แห้ง</p>		