



กรมอนามัย  
DEPARTMENT OF HEALTH

COVID-19 รู้ทันป้องกันได้

# ไขข้อข้องใจ? เรื่องการให้นมแม่

ในสถานการณ์เชื้อไวรัส COVID-19



## แม่ทุกคน สามารถให้นมลูกได้

- กลุ่มปกติ ✓
- กลุ่มเสี่ยง ✓
- กลุ่มติดเชื้อ ✓

เนื่องจากยังไม่มีข้อพิสูจน์ยืนยัน  
ว่าเชื้อไวรัส COVID-19ติดต่อผ่านทางน้ำนม

### ข้อปฏิบัติ ในการให้นมหรือการปั๊มนมของแม่

1



อาบน้ำหรือเช็ดทำความสะอาดบริเวณเต้านมและหัวนมด้วยน้ำและสบู่

2



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ นานอย่างน้อย 20 วินาที

3



ใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา **ทั้งก่อน ระหว่าง หลัง**การให้นมหรือปั๊มนม

4



หลังการปั๊มนม ต้องล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ เช่น ที่ปั๊มนม ขวดนม จากนั้นนึ่งหรือต้มเพื่อฆ่าเชื้อโรค และเก็บอุปกรณ์ในบรรจุภัณฑ์ที่สะอาด

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

สแกนคิวอาร์โค้ด  
รับความรู้เรื่อง COVID-19



จัดทำโดย : สำนักส่งเสริมสุขภาพ

เผยแพร่ : 31 มีนาคม 2563