

14 วัน หลังจากกลับมาจากพื้นที่เสี่ยง



หากป่วย มีไข้
ไอ จามเหนื่อยหอบ
โทรแจ้ง 1669



ดูแลสุขอนามัยโดยใช้
หลัก 3 ล. ลดสัมผัส เสี่ยงจุดเสี่ยง
ดูแลสุขภาพตนเองและสังคม



แยกห้องนอน
แยกของใช้ส่วนตัว
แยกการทำความสะอาด



ไม่กินอาหารร่วมกับคนในครอบครัว
และแยกล้างภาชนะ ด้วยน้ำยาล้างจาน
และตากแดดให้แห้ง



ขยะที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย
ใส่ถุงขยะ 2 ชั้น
ราดด้วยน้ำยาฟอกขาว
มัดปากถุงให้แน่น



ปิดฝาทุกครั้งก่อนกดชักโครก
ลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค
ทำความสะอาดทันทีหลังใช้ส้วม



พบปะผู้อื่น
ให้สวมหน้ากากอนามัย
ระยะห่างไม่น้อยกว่า 1 เมตร



หลีกเลี่ยงการใกล้ชิด
กับผู้สูงอายุ
และผู้มีโรคประจำตัว



งดกิจกรรมนอกบ้าน
งดไปในที่ชุมชน
งดใช้ขนส่งสาธารณะ

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี