

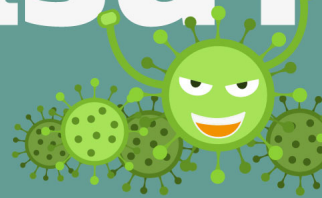




มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะวิทยาศาสตร์

วิธีป้องกันตัวเองเบื้องต้นจากไวรัสโคโรนา

จากกรณี การแพร่ระบาด "ไวรัสโคโรนา" สายพันธุ์ใหม่ ทำให้มีผู้ป่วยติดเชื้อมากขึ้นทั่วโลกจำนวนมาก เพื่อความปลอดภัย ประชาชนควรป้องกันและปฏิบัติตามคำแนะนำ ดังนี้



หลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยงในประเทศจีน



หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด มีมลภาวะ ไม่อยู่ใกล้ผู้ป่วยไอจาม



หลีกเลี่ยงการเข้าไปในตลาดค้าสัตว์ สัมผัสหรือใกล้ชิดสัตว์เลี้ยงที่



หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอ
ไม่นำมือสัมผัสใบหน้าโดยไม่จำเป็น



ใช้ผ้าสะอาดปิดจมูกและปาก
เมื่อไอหรือจาม



สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้ง
อยู่ในสถานที่สาธารณะ



รับประทานอาหารปรุงสุกร้อน
โดยเฉพาะอาหารประเภทเนื้อสัตว์และไข่



ไม่ใช่ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น
เนื่องจากเชื้อก่อโรคทางระบบทางเดินหายใจเข้าสู่ร่างกายได้จากการสัมผัสสารคัดหลั่ง



หลังเดินทางกลับจากพื้นที่ในประเทศจีนหรือจากต่างประเทศ
หากมีอาการไข้ มีอาการทางระบบทางเดินหายใจ
ให้รีบไปพบแพทย์ทันที

หรือสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติม www.sikarin.com