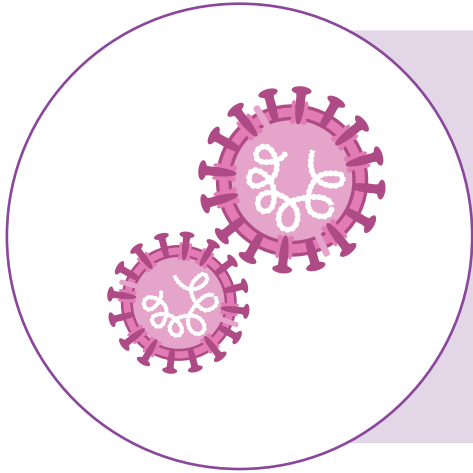


# โควิด ๑๙



## โควิด ๑๙ คืออะไร

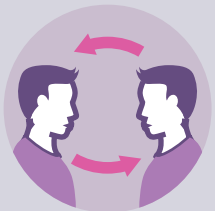
โควิด ๑๙ คือ โรคติดต่อโคโรนาไวรัส ๒๐๑๙ เป็นโรคที่เกิดใหม่จากโคโรนาไวรัส

โคโรนาไวรัสเป็นสายพันธุ์เดียวกับกับไวรัสที่เป็นสาเหตุการป่วยซึ่งเกิดจากระบบทางการหายใจของมนุษย์ ซึ่งเริ่มจากเป็นหวัดธรรมดาและรุนแรงมากขึ้นจนกลายเป็นโรคคล้ายโรคปอดบวม

## การติดต่อ



ติดต่อด้วยการสัมผัสกับลมหายใจของผู้ป่วยที่เกิดจากการจามหรือไอ



หรือด้วยการอยู่ใกล้ชิดผู้ป่วย

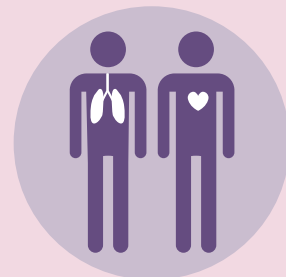


โดยสัมผัสกับสิ่งที่มีเชื้อโรคปนเปื้อนของผู้ป่วยและนำมาแตะต้องที่ปาก จมูก หรือตา

## กลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง



คือผู้สูงอายุ



บุคคลที่มีอาการป่วยอยู่แล้ว เช่น เป็นโรคหัวใจ โรคปอด มะเร็งหรือโรคเบาหวาน

# อาการของโรคโควิด ๑๙



ไข้



อาการไอแห้ง

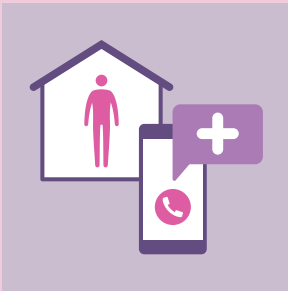


หายใจถี่

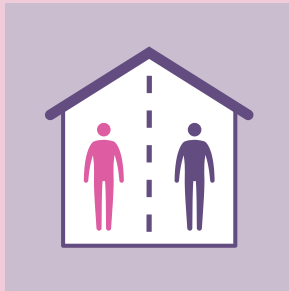


เจ็บคอ

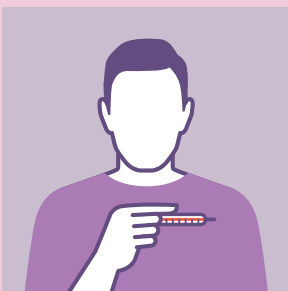
ควรทำอย่างไรเมื่อปรากฏอาการของไวรัสโควิด ๑๙ หรือเมื่อได้เข้าใกล้ชิดติดต่อกับผู้ป่วยโรคโควิด ๑๙



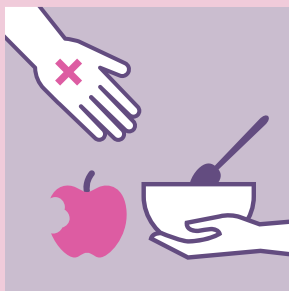
ถ้ารู้สึกมีอาการป่วย ควรพบแพทย์หรือไม่ก็อยู่บ้าน



กักขังตนเองและ不要去ติดต่อสังสรรค์กับผู้อื่น



ดูแลสุขภาพและวัดไข้เป็นประจำ



อย่ารับประทานอาหารหรือใช้จาน ช้อนร่วมกับผู้อื่น



ล้างมือบ่อย และทิ้งทิชชูในถังขยะทันที



ฉีดยาฆ่าเชื้อโรคบนพื้นผิว เครื่องใช้ในบ้านและละของใช้ส่วนบุคคล

ระยะเวลาฟักตัวของเชื้อ



ระยะเวลาของอาการ คือ ๑ ถึง ๑๔ วัน

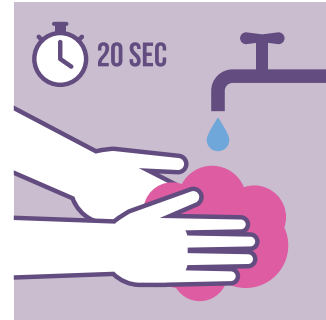


ข้อควรระวัง แต่ละคนอาจมีโรคโควิด ๑๙ ได้แม้ไม่มีอาการ

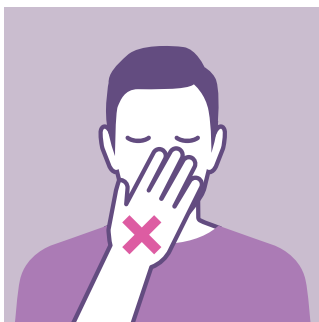
# โควิด ๑๙ การป้องกัน



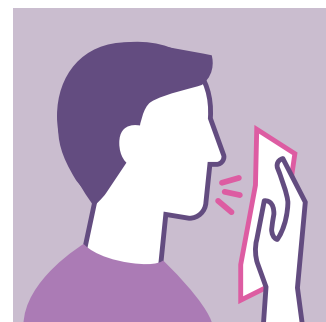
หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้กัน



ล้างมือบ่อยๆ



หลีกเลี่ยงแตะต้องตา  
จมูกและปาก



ปิดปาก จมูกเมื่อไอหรือจาม



ใส่หน้ากากอนามัย  
เมื่อออกจากบ้าน



หลีกเลี่ยงการอยู่  
ในที่ชุมชนแออัด

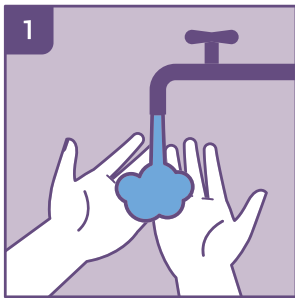


อยู่บ้านให้มากที่สุดเท่าที่สามารถ

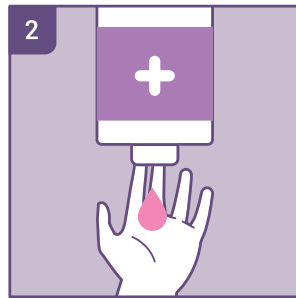


ทำความสะอาดและ  
ใช้ยาฆ่าเชื้อโรค

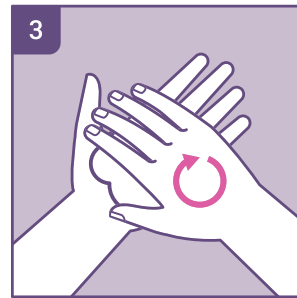
# การล้างมือที่ถูกต้อง



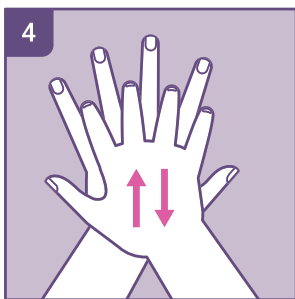
1 ใช้น้ำล้างมือ



2 ใส่สบู่



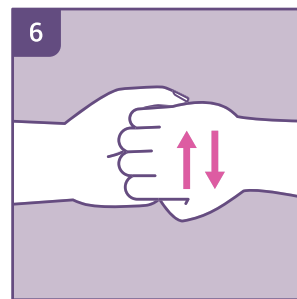
3 ไขฝ่ามือถูฝ่ามือทั้งสองข้างเข้าด้วยกัน



4 ฟอกสบู่ที่หลังมือ



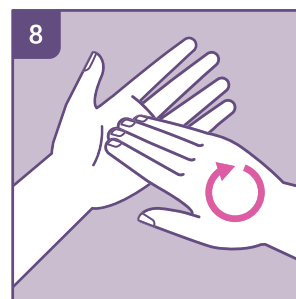
5 ถูสบู่ระหว่างนิ้วมือ



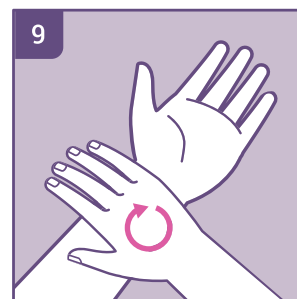
6 ถูสบู่ที่หลังนิ้วมืองัด  
รงกันข้ามกับฝ่ามือ



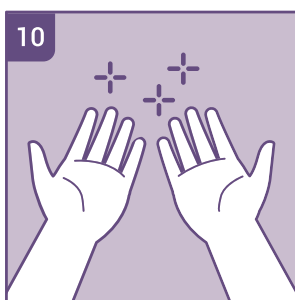
7 ทำความสะอาดนิ้วโป่ง  
และหมุนนิ้วไปรอบ ๆ



8 ทำความสะอาด  
ข้อมและปลายนิ้ว



9 ถูข้อมมือและหมุนไปรอบ ๆ



10 ล้างมือและเช็ดให้แห้ง.  
ขณะนี้มือสะอาดเรียบร้อยแล้ว

