

เกี่ยวกับกระระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่

■ การระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่คือ ?

ตั้งแต่เดือนธันวาคมปี2019เกิด การระบาดเชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (2019-nCoV) ที่มีต้นกำเนิด การแพร่ระบาด จากมณฑลหูเป่ย์ ประเทศจีน มีการรายงานว่ามีผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสชนิดนี้ จะมีอาการไอ มีไข้สูงและช็อกसनเป็นต้น เชื้อไวรัสสามารถแพร่กระจายไปสู่ผู้อื่นจากลมหายใจและการสัมผัสผู้ป่วย

■ ผู้ที่เคยเดินทางไปยังเมืองมณฑลหูเป่ย์ หรือ อัจฉิง หรือเคยเดินทางไประเทศจีน และผู้ที่คลุกคลีกับผู้ที่ เคยไปเดินทางไประเทศจีน

ควรเฝ้าระวังอาการดังต่อไปนี้

- เมื่อมีอาการไอและมีไข้สูง ญาติที่สถานพยาบาลทันที
- ปรึกษาแพทย์และควรปฏิบัติตามคำแนะนำจากสถานพยาบาล
- เมื่อไปพบแพทย์ควรแจ้งแพทย์หากท่านเคยเดินทางหรือคลุกคลีกับผู้ที่เคยเดินทางไปมณฑลหูเป่ย์หรือ ฉ้อฉิง หรือเคย เดินทางไปประเทศจีน

■ พยายามช่วยกันป้องกันการติดเชื้อและการแพร่ระบาด

การป้องกันด้วยตนเอง

- กลับมาจากข้างนอกควรล้างมือให้สะอาด
- พยายามให้อากาศภายในห้องถ่ายเทไม่อับชื้น
- ดูแลสุขภาพสม่ำเสมอ พักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และดื่มน้ำให้เพียงพออย่างเหมาะสม



ป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่ระบาดด้วยการรักษามาซาทการไอ

- หากมีอาการไอหรือจามให้สวมหน้ากากอนามัย
- ขณะไอหรือจามควรเอาที่ข้อมือปิดปากและจมูก



ข่าวสารหลายภาษาเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (ภาษาญี่ปุ่นที่เข้าใจง่าย • ภาษาอังกฤษ)

<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>

ล้างมือให้สะอาด

ถูสบู่ ให้ เป็นฟองแล้วล้างมือตามข้อ เตอหยัง างส างนี้

<p>ตรวจเช็คก่อนล้างมือ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ตัดเล็บสะอาดหรือ ไม้ ◆ ตอนเช็ดหน้าและแว่นหรือ อย่ง <p>Check !</p> 		<p>บริเวณที่สกปรก ร่าย</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ เขย่น้ำ ◆ ซอกเล็บ ◆ ใต้ เว้นหัวแม่ มี อ ◆ ซอ มี อ ◆ ร องมี อ
<p>(1) ถูสบู่ ให้ เป็นฟองแล้วล้างอุ้งมือ</p>	<p>(2) กางนิ้วถูบริเวณหลังมือ</p>	
		
<p>(3) ล้างปลายนิ้วและซอกเล็บให้ สะอาด</p>	<p>(4) ทำความสะอาดระหว่าง นิ้ว</p>	
		
<p>(5) เอามือ อซ้ างหนึ่ง งกำนั วโป่งแล้วถูบิดไปมา</p>	<p>(6) อย วลิมล้างที่ ซอ มี อด้วย</p>	
		
<p>ล้างฟองสบู่ ออก แล้วใช้ผ้าขนหนูสะอาดเช็ดให้ แห้ง</p>		