

การปฏิบัติตัว การป้องกันโรคไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19)

กินร้อน
รับประทานอาหารที่สุกๆ
ร้อนๆ และปรุงเสร็จใหม่ๆ
ที่ไม่ถูกใช้ร่วมกับผู้อื่น

ช้อนตัวเอง
กินมันฝรั่งเอง ช้อนเองก็มีการ
แช่และล้างมือให้สะอาด
ก่อนนำมาใช้ทุกครั้ง
จากอาหารที่อาหารร้อนนั้น

ล้างมือ
ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่
และน้ำสะอาด หรือใช้เจลล้างมือ
ที่มีแอลกอฮอล์อย่างน้อย
20 วินาที

วิธีล้างมือ 7 ขั้นตอน

1. ฝ่ามือถูฝ่ามือ
2. ฝ่ามือถูหลังมือและนิ้วถูซอกนิ้ว
3. ฝ่ามือถูฝ่ามือและนิ้วถูซอกนิ้ว
4. ใช้นิ้วมือถูฝ่ามือ
5. ใช้นิ้วมือถูหลังมือและนิ้วถูซอกนิ้ว
6. ใช้นิ้วมือถูฝ่ามือ
7. ใช้นิ้วมือถูหลังมือและนิ้วถูซอกนิ้ว

หน้ากากอนามัย
ป่วยหรือไม่ **ต้องใส่ให้ถูกวิธี**
หันด้านสีเข้ม
อยู่ด้านนอกเสมอ

เพื่อการป้องกันสูงสุด

- ล้างมือด้วยน้ำสบู่ทุกครั้ง
- กินข้าวที่ปรุงสุกๆร้อนๆ
- ใช้หน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่ออยู่ในที่สาธารณะ
- ถ้ามีไข้ ไอ จาม งดไปทำงาน

วิธีถอด

- ก่อนถอดให้ล้างมือด้วยน้ำสบู่
- จับสายคล้องหูจากด้านนอก
- ทิ้งลงในถังขยะที่มีฝาปิด

องค์การบริหารส่วนตำบลท่าคันโท