



คำแนะนำและการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับผู้ที่เดินทางกลับจากจังหวัดที่พบผู้ติดเชื้อโควิด-19 ตั้งแต่ 51 รายขึ้นไป
ได้แก่ สมุทรสาคร ระยอง ชลบุรี กรุงเทพมหานคร สมุทรปราการ นนทบุรี
นครปฐม จันทบุรี อ่างทอง และปทุมธานี
ตั้งแต่วันที่ 12 มกราคม 2564 เป็นต้นไป

1. สแกน QR code แพร่ชนะ
2. รายงานตัวต่อกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน อสม. หรือบุคลากรสาธารณสุขในพื้นที่ ทันทที
3. กักกันตัวเองในที่พักอาศัยเป็นเวลา 14 วัน หรือตามระยะเวลาที่อยู่ในจังหวัดแพร่ และปฏิบัติตามมาตรการสาธารณสุขโดยเคร่งครัด โดยปฏิบัติ ดังนี้
 - 3.1 เก็บตัวอยู่ในที่พำอาศัย ไม่เดินทางออกนอกที่พำอาศัยด้วยวัตถุประสงค์ใดๆ ก็ตาม โดยแยกอยู่ในห้องคนเดียว มีการเปิดหน้าต่างให้อากาศถ่ายเท
 - 3.2 แยกห้องนอน ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เสื้อผ้า ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว จานชาม ช้อนส้อม แก้วน้ำ และโทรศัพท์) รวมทั้งให้แยกทำความสะอาด
 - 3.3 ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่นาน 20 วินาที หรือแอลกอฮอล์ 70% ลูบมือจนแห้ง ให้ใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าตลอดเวลาโดยปิดถึงคาง หากไอจามให้ไอจามภายใต้หน้ากากอนามัย
 - 3.4 สวมหน้ากากอนามัย หรือหน้ากากผ้าตลอดเวลาโดยปิดถึงคาง หากไอจามหือจามภายใต้หน้ากากอนามัย
 - 3.5 หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดหรือสัมผัสบุคคลอื่นในบ้านโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่างๆ และควรอยู่ห่างจากคนอื่นไม่น้อยกว่า 1 เมตร และใช้เวลาพบปะผู้อื่นให้น้อยที่สุด
 - 3.6 แยกน้ำดื่ม แยกรับประทานอาหาร ให้ตักแบ่งมารับประทานต่างหาก หากมีผู้จัดอาหารให้กำหนดจุดรับอาหารเพื่อป้องกันการสัมผัสใกล้ชิด และเก็บล้างภาชนะด้วยน้ำยาล้างจาน ผึ่งให้แห้งและตากแดด โดยแยกฟองน้ำล้างจานจากบุคคลอื่นในบ้าน
 - 3.7 แยกขยะที่ปนเปื้อนน้ามูก น้ำลาย สารคัดหลั่ง ใส่ถุง 2 ชั้น มัดด้วยน้ำยาฟอกขาว แล้วมัดปากถุงให้แน่น ก่อนนำไปทิ้งรวมกับขยะทั่วไป
 - 3.8 แยกการใช้ห้องส้วมกับคนในครอบครัว หากแยกไม่ได้ควรใช้เป็นคนสุดท้ายและทำความสะอาดทันที
 - 3.9 หากมีไข้ ≥ 37.5 องศาเซลเซียส ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หอบเหนื่อย จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นไม่รับรส ให้โทรศัพท์แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทันที



QR code แพร่ชนะ

ด้วยความปรารถนาดีจาก..สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดแพร่
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร 054-511145 ต่อ 207 ในเวลาราชการ และ 064-5795738