

เกี่ยวกับการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (COVID-19)

■การระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่คือ?

ตั้งแต่เดือนธันวาคมปี2019เกิดการระบาดของเชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ (COVID-19) ที่มีต้นกำเนิดการแพร่ระบาดมาจากมณฑลหูเป่ย์ประเทศจีน มีการรายงานว่าผู้ที่ได้รับเชื้อไวรัสนี้จะมีอาการไอ มีไข้สูงและปอดอักเสบเป็นต้น เชื้อไวรัสสามารถแพร่กระจายไปสู่ผู้อื่นจากลมหายใจและจากการสัมผัสผู้ป่วย

■สำหรับผู้ที่มีอาการตามด้านล่างนี้

ขอให้ปรึกษา

“ศูนย์ปรึกษาสำหรับผู้เดินทางกลับมาจากต่างประเทศ/ผู้ที่มีโอกาสเสี่ยงติดเชื้อ”

- มีอาการไข้หวัด หรือมีไข้สูงกว่า 37.5 องศา นานกว่า 4 วัน (กรณีที่เป็นผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีโรคประจำตัวหากมีอาการนานกว่า 2 วัน)
 - มีอาการเมื่อยล้า หรือหายใจลำบาก ที่มีอาการรุนแรง
- เมื่อปรึกษาที่ศูนย์แล้ว กรณีที่ได้รับคำตอบว่ามีโอกาสที่จะติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ จะแนะนำสถานรักษาพยาบาลเฉพาะทางให้กับท่าน
- ขอให้เดินทางไปรับการตรวจโดยใส่หน้ากากอนามัยและเดินทางโดยไม่ใช้บริการการขนส่งสาธารณะ

รายชื่อศูนย์ปรึกษาสำหรับผู้เดินทางกลับมาจากต่างประเทศ/ผู้ที่มีโอกาสเสี่ยงติดเชื้อ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html



■ พยายามช่วยกันป้องกันการติดเชื้อและการแพร่ระบาด

หากมีอาการไข้หวัด เช่น มีไข้ เป็นต้น ขอให้หยุดเรียน หรือหยุดงาน

การป้องกันด้วยตนเอง

- กลับมาจากข้างนอกควรล้างมือให้สะอาด
- ใช้สารแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อที่มือและนิ้ว
- ไม่ไปสถานที่แออัด
- พยายามให้อากาศภายในห้องถ่ายเท ไม่อับชื้น
- ดูแลสุขภาพสม่ำเสมอ พักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และดื่มน้ำให้เพียงพออย่างเหมาะสม



ป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่ระบาดด้วยการรักษามารยาทการไอ

- หากมีอาการไอ หรือ จามให้สวมหน้ากากอนามัย
- ขณะไอหรือจาม ควรเอาทิชชูปิดปากและจมูก

ข่าวสารหลายภาษาเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (ภาษาญี่ปุ่นที่เข้าใจง่าย・ภาษาอังกฤษ)

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



รับให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์เกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่แก่ผู้อาศัยชาวต่างข...

เบอร์โทรศัพท์

วันที่รับเรื่อง วัน (:) ~ (:)

ภาษาที่ใช้ ภาษาอังกฤษ, ภาษาสเปน, ภาษาโปรตุเกส, ภาษาจีน, ภาษาเกาหลี, ภาษาตากาล็อก,
ภาษาอินโดนีเซีย, ภาษาไทย, ภาษาเวียดนาม, ภาษาเยอรมัน, ภาษาฝรั่งเศส, ภาษารัสเซีย

ล้างมือให้สะอาด

ถูสบู่ให้เป็นฟองแล้วล้างมือตามขั้นตอนข้างล่างนี้

<p>ตรวจเช็คก่อนล้างมือ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ตัดเล็บสะอาดหรือไม่ ◆ ถอดนาฬิกาและแหวนหรือยัง <p>Check ! </p>		<p>บริเวณที่สกปรกง่าย</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ ปลายนิ้ว ◆ ซอกเล็บ ◆ บริเวณหัวแม่มือ ◆ ข้อมือ ◆ ร่องมือ
<p>(1) ถูสบู่ให้เป็นฟองแล้วล้างอุ้งมือ</p>	<p>(2) กางนิ้วถูบริเวณหลังมือ</p>	
		
<p>(3) ล้างปลายนิ้วและซอกเล็บให้สะอาด</p>	<p>(4) ทำความสะอาดระหว่างนิ้ว</p>	
		
<p>(5) เอามือข้างหนึ่งกำนิ้วโป้งแล้วถูบิดไปมา</p>	<p>(6) อย่าลืมล้างที่ข้อมือด้วย</p>	
		
<p>ล้างฟองสบู่ออก แล้วใช้ผ้าขนหนูสะอาดเช็ดให้แห้ง</p>		