



โรงเรียนพิษณุโลกพิทยาคม

ร่วมรณรงค์รับมือสถานการณ์ การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส
โคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙)

มาตรการป้องกัน COVID 19

๑. โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) ป้องกันได้โดยใช้หลักการป้องกันโรคติดต่อทางเดินหายใจ ได้แก่ ล้างมือ สวมหน้ากากอนามัย และไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจ
๒. หลีกเลี่ยงการเดินทางไปประเทศประเทศที่มีรายงานการแพร่เชื้อ โดยประเทศหรือเขตการปกครองที่เสี่ยงต่อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-๑๙) ประกอบด้วย ๒.๑.สาธารณรัฐเกาหลี (South Korea) ๒.๒.สาธารณรัฐจีน (Taiwan) ๒.๓.สาธารณรัฐประชาชนจีน ๒.๔.เขตบริหารพิเศษมาเก๊าแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน ๒.๕.เขตบริหารพิเศษฮ่องกงแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน ๒.๖.ญี่ปุ่น ๒.๗.มาเลเซีย ๒.๘.สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม ๒.๙.สาธารณรัฐสิงคโปร์ ๒.๑๐.สาธารณรัฐอิตาลี ๒.๑๑.สาธารณรัฐอิสลามอิหร่าน ระหว่างเดินทางในต่างประเทศขอให้หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด หรือมีมลภาวะ และไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วย ไอจาม หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ไม่ให้สวมหน้ากากอนามัย
๓. ภายใน ๑๔ วัน หลังเดินทางกลับจากประเทศหรือเขตการปกครองที่เสี่ยงต่อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-๑๙) หากมีไข้ ร่วมกับอาการ ทางเดินหายใจ ได้แก่ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หายใจเหนื่อยหอบ ควรรีบพบแพทย์ทันที พร้อมทั้งแจ้งประวัติการเดินทางจากประเทศหรือเขตการปกครองที่เสี่ยงต่อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-๑๙)
๔. หลีกเลี่ยงการไปตลาดที่ขายซากสัตว์ป่าหรือสิ่งที่มีชีวิตและการสัมผัสโดยไม่ใช้ถุงมือ
๕. หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำ และสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก โดยไม่จำเป็น
๖. ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว) เนื่องจากเชื้อก่อโรคทางระบบทางเดินหายใจสามารถเข้าสู่ร่างกายได้ทางการสัมผัสสารคัดหลั่งของผู้ติดเชื้อ รับประทานอาหารปรุงสุกร้อน