

ฉันได้ใกล้ชิดกับผู้ป่วย COVID-19 ฉันควรต้องทำอะไร?

泰文版

1. หากคุณได้สัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่ได้รับการยืนยันแล้ว สามวันก่อนที่จะเริ่มมีอาการและก่อนที่จะแยกตัว (เช่น รับประทานอาหารร่วมกัน อยู่ด้วยกันหรือติดต่อแบบเห็นหน้ามากกว่า 15 นาที) โปรดอยู่บ้าน และแยกตัวเอง รอกการแจ้งเตือนจากสาธารณสุข เว้นแต่มีความจำเป็นต้องได้รับการรักษาพยาบาลทันที กรุณาอย่าออกจากที่อยู่อาศัย
2. อยู่ในบ้านกรุณาแยกห้องนอน 1 คนต่อ 1 ห้อง พยายามแยกใช้ห้องน้ำจากครอบครัวของคุณ และอย่าออกจากห้อง
3. โปรดหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่นที่อาศัยอยู่ที่บ้าน โดยเฉพาะผู้สูงอายุ เด็กเล็กหรือสมาชิกในครอบครัวที่มีภูมิคุ้มกันอ่อนแอ
4. โปรดสวมหน้ากากอนามัยและทำความสะอาดมือ (ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้แอลกอฮอล์)
5. คอยสังเกตว่าคุณมีอาการที่เกี่ยวข้องกับ COVID-19 หรือไม่ เช่น มีไข้ น้ำมูกไหล ไอ เจ็บคอ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ ปวดศีรษะ ท้องเสีย จมูกไม่ได้กลิ่นหรือลิ้นรับรสผิดปกติ หายใจถี่ เป็นต้น
6. หากมีอาการดังต่อไปนี้โปรดติดต่อ 119 สำนักอนามัยหรือโทร 1922ทันที: หายใจหอบเหนื่อย หายใจลำบาก เจ็บหน้าอกอย่างต่อเนื่อง แน่นหน้าอก หมดสติ ผิวหนังหรือริมฝีปากหรือเล็บเขียวช้ำใน
7. โปรดปฏิบัติตามคำแนะนำเพื่อขอรับการรักษายาบาลหรือไปตรวจคัดกรอง และห้ามใช้บริการรถสาธารณะ
8. ให้ครอบครัวของคุณเตรียมอาหารและน้ำ อย่าร่วมรับประทานอาหารหรือใช้สิ่งของร่วมกับครอบครัวของคุณ
9. โปรดใช้น้ำยาฟอกขาวหรือแอลกอฮอล์เช็ดทำความสะอาดทุกพื้นที่ที่สัมผัสบ่อยๆ
10. หากคุณไม่ได้สัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย คุณจะต้องเฝ้าติดตามสุขภาพตัวเองเป็นเวลา 14 วันเท่านั้น หากมีอาการที่น่าสงสัย โปรดสวมหน้ากากอนามัยและไปพบแพทย์เพื่อรับการประเมินผล และแจ้งประวัติการสัมผัสถ้าเป็นไปได้ ◦

ฉันเป็น ผู้ติดเชื้อ COVID-19 ที่ได้รับการยืนยันว่า ติดเชื้อ ฉันควรระมัดระวังเรื่องใดบ้าง ?

泰文版

1. ส่วนใหญ่ผู้ที่ติดเชื้อ COVID-19 มีอาการไม่รุนแรง และสามารถหายได้เองหลังจากพักฟื้น เพื่อสำรองทรัพยากรทางการแพทย์ ให้ผู้ป่วยที่อาการหนัก กรุณาอยู่แต่ที่บ้านอย่าออกนอกบ้าน รอกการแจ้งเตือนจากสาธารณสุข
2. อยู่ในบ้านกรุณาแยกห้องนอน 1 คนต่อ 1 ห้อง พยายามแยกใช้ห้องน้ำจากครอบครัวของคุณ และอย่าออกจากห้อง
3. โปรดหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่นที่อาศัยอยู่ในห้องเดียวกัน โดยเฉพาะผู้สูงอายุ เด็กเล็กหรือสมาชิกในครอบครัวที่มีระบบภูมิคุ้มกันอ่อนแอ
4. โปรดสวมหน้ากากอนามัยและทำความสะอาดมือ (ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้แอลกอฮอล์)
5. หากคุณมีไข้คุณสามารถใช้ยาลดไข้เพื่อบรรเทาอาการไม่สบายได้พยายามอยู่บนเตียงและดื่มน้ำ
6. สังเกตการเปลี่ยนแปลงของอาการของคุณ หากมีอาการดังต่อไปนี้โปรดติดต่อ 11 สำนักอนามัยหรือโทร 1922ทันที: หายใจหอบเหนื่อย หายใจลำบาก เจ็บหน้าอกอย่างต่อเนื่อง แน่นหน้าอก หมดสติ ผิวหนังหรือริมฝีปากหรือเล็บเขียวช้ำใน
7. โปรดเข้ารับการรักษาพยาบาลตามคำแนะนำของแพทย์และห้ามใช้บริการรถสาธารณะ
8. ให้ครอบครัวของคุณเตรียมอาหารและน้ำ อย่าร่วมรับประทานอาหารหรือใช้สิ่งของร่วมกับครอบครัวของคุณ
9. โปรดใช้น้ำยาฟอกขาวหรือแอลกอฮอล์เช็ดทำความสะอาดทุกพื้นที่ที่สัมผัสบ่อยๆ
10. โทรหาผู้ใกล้ชิดของฉัน (สามวันก่อนเริ่มมีอาการและก่อนแยกตัวฉันทานอาหารร่วมกันอยู่ด้วยกันหรือติดต่อกับฝั่งตรงข้ามนานกว่า 15 นาทีโดยไม่สวมหน้ากาก) และขอให้แยกตัวเองและ ตรวจสอบสุขภาพของตัวเอง

