

ช่วงป้องกันโรคระบาด เราควรปฏิบัติตัวดังนี้

ก้าวเล็กๆของคุณ คือก้าวสำคัญของการป้องกันโรคทั้งระบบ



โดยสารระบบขนส่งมวลชน ขึ้นลิฟต์
เข้าออกสถานที่สาธารณะที่มีคนแออัด
หรือไม่สามารถรักษาระยะห่างทางสังคม
กรุณาสวมหน้ากากอนามัย



เข้าออกสถานที่สาธารณะ หลังโดยสารระบบขนส่งมวลชน
ก่อนรับประทานอาหาร กลับถึงบ้าน
สิ่งแรกที่ต้องทำ คือล้างมือด้วยสบู่



ช่วงป้องกันโรคระบาดควรลดการออกนอกบ้าน
ลดไปสถานที่ที่มีคนแออัด
ออกกำลังกายอยู่ในบ้าน อ่านหนังสือ เล่นเกม
หรือดูซีรีส์ ก็สุดแสนจะชิล!



มีไข้หรืออาการในระบบทางเดินหายใจ อย่าหวาดผวา
ให้สวมหน้ากากแล้วรีบไปพบแพทย์
หากมีประวัติอาจสัมผัสผู้ติดเชื้อกรุณาแจ้งให้แพทย์
ทราบเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการตรวจวินิจฉัย
พักผ่อนอยู่บ้าน หากเป็นปกติค่อยออกนอกบ้าน