

## 細菌性腸胃炎的潛伏期有多長？

ระยะเวลาการฟักตัวของแบคทีเรียที่เรียกเฉพาะอาหารและลำไส้อักเสบ?

一般潛伏期為數小時至 5 天。

โดยทั่วไปแล้วใช้เวลาฟักตัวหลายชั่วโมงถึง 5 วัน

## 如何預防細菌性腸胃炎？

วิธีป้องกันแบคทีเรียที่เรียกเฉพาะอาหารและลำไส้อักเสบ?

1. 食物要完全煮熟，尤其是雞蛋、家禽肉類、生鮮海產及魚貝類等。  
อาหารต้องต้มให้สุก โดยเฉพาะไข่ไก่ เนื้อ อสัตว์ขาหรือทะเลหรือประเภทหอยปลาเป็นต้น
2. 烹調食物前、餐前或便後應確實洗手，小心處理食物；食用完畢應以保鮮膜包裹存放於冰箱，生熟食分開，再次食用前應加熱煮熟。  
ก่อนการทำอาหาร ก่อนทานอาหาร หรือหลังเข้าห้องนี้ ควรล้างมือให้สะอาด ชำระล้างอาหารให้สะอาด เมื่อทานเสร็จแล้วควรใช้ฟิล์มปิดแล้วค่อยใส่ในตู้เย็น อาหารดิบและสุกควรแบ่งใส่ก่อนทานควรอุ่นอีกครั้ง
3. 被蒼蠅沾染、過期或腐敗等不潔食物，均應丟棄，切勿食用。  
อาหารที่ถูกแมลงวันตอมกิน หมดอายุหรือเสีย ควรเอาทิ้งเลย อย่าทานโดยเด็ดขาด
4. 確實撲滅並阻隔蒼蠅等病媒，垃圾桶應加蓋並定時清除。  
กำจัดแมลงวันและสิ่งนำโรคต่างๆให้หมด  
โดยเฉพาะถึงขยะควรมีฝาปิดและนำไปทิ้งเป็นประจำ
5. 如有嘔吐、腹瀉或發燒等症狀，應儘速就醫，尤其廚房工作人員、醫護人員、看護工及托兒所員工等等，暫時不得從事餐飲工作或照顧病患、老人或小孩等行為，以防傳播他人。  
หากมีอาการอาเจียน ท้องเสีย หรือป่วย ควรพบแพทย์ด่วน  
โดยเฉพาะพนักงานในครัว พยาบาล พนักงานในศูนย์ดูแลเด็ก  
ควรหยุดงานด้านร้านอาหารหรือดูแลผู้ป่วย ผู้สูงอายุและเด็กทารก  
เพื่อป้องกันการแพร่ระบาด

### 衛生福利部疾病管制署及勞動部勞動力發展署 關心您

กรมอนามัยและสวัสดิการสำนักงานควบคุมโรคและกระทรวงแรงงานสำนักงานพัฒนาแรงงานสัมพันธ์เป็นหน่วยงาน

傳染病通報及諮詢專線 1922

สายด่วนแจ้งเหตุ อระบาด 1922

外籍勞工諮詢及申訴專線 1955

สายด่วนข้อมูลแรงงานต่างด้าว 1955