

ลด



— ลด ความเสี่ยงจากการสัมผัสด้วยการล้างมือด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์ให้บ่อยขึ้น โดยเฉพาะเมื่ออยู่ในพื้นที่สาธารณะและก่อนรับประทานอาหาร



— ลด การแพร่เชื้อ เมื่อไม่สบาย ไอ จามให้สวมหน้ากากอนามัย

เลี่ยง



— เลี่ยงการเข้าไปในที่ที่มีการระบาดของโรค



— เลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่ที่มีความหนาแน่น



— เลี่ยงการใช้มือสัมผัสหน้า

ดูแล



— ดูแลสุขภาพตนเอง



รักษาสุขภาพด้วยการกินร้อน ล้างมือ ออกกำลังกาย และ พักผ่อนให้เพียงพอ

หมายเหตุ : ซ้อนกลางต้องเป็นซ้อนกลางส่วนตัว

— ดูแล รับผิดชอบต่อสังคม



ในกรณี que เดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยง ต้องแยกและสังเกตอาการไม่น้อยกว่า 14 วัน

ข้อมูลจาก กรมอนามัย ส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



สำนักงานเทศบาลตำบลกาบเชิง ตำบลกาบเชิง อำเภอกาบเชิง จังหวัดสุรินทร์

KAPCHOENG SUBDISTRICT MUNICIPALITY