

โควิด-19

ป้องกันตัวคุณเอง และคนที่คุณรัก



ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ
อย่างน้อย 20 วินาที



ใช้เจลล้างมือฆ่าเชื้อ
ในกรณีที่ไม่สามารถ
ล้างมือด้วยน้ำได้



ทำการฆ่าเชื้อพื้นผิว
ที่สัมผัสบ่อย เช่น
โทรศัพท์, แทปเล็ต,
แป้นพิมพ์, ลูกบิดประตู



หลีกเลี่ยงโดยการชก้า(Shaka)
แทนการจับมือ เพื่อให้มีระยะห่าง
ห่างทางสังคมอย่างน้อย 6 ฟุต



เวลาไอหรือจามให้ใช้ทิชชู
หรือข้อพับด้านในศอกปิดปาก



หลีกเลี่ยงการสัมผัส
ใบหน้าของคุณ



หลีกเลี่ยงการทานอาหาร
หรือเครื่องดื่มร่วมกับผู้อื่น



ใช้ทิชชูหรือข้อศอก เมื่อ
สัมผัสกับลูกบิดประตู,
ราวบันได, ปุ่มกดลิฟท์, และ
ปุ่มกดสัญญาณข้ามถนน



ถ้าเป็นไปได้
ควรทำงานอยู่ที่บ้าน



อยู่ที่บ้าน
ถ้ารู้สึกว่าคุณป่วย

