

คำแนะนำ ป้องกันโรคโควิด 19 เมื่อเข้าสู่ระยะหลังการระบาดใหญ่ Post-Pandemic



■ สงสัยว่าเป็นโควิด 19 ทำอย่างไร? งดเข้าใกล้กลุ่มเสี่ยง 608

● **ไม่มีอาการ/มีอาการเล็กน้อย**
เช่น ไข้ ไอ มีเสมหะ

ไม่ต้องแยกกัก เสี่ยงเดินทาง
หากจำเป็น สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา

● **มีอาการระบบทางเดินหายใจ**
เช่น ไข้ ไอ น้ำมูก เจ็บคอ มีเสมหะ
ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย

ตรวจ ATK ทันที

ATK **ผลบวก**



สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา



งดทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น



แยกของใช้ส่วนตัว



ล้างมือบ่อยๆ

● **มีอาการรุนแรง**
เช่น ไข้สูง หอบเหนื่อย หายใจลำบาก

รีบพบแพทย์เพื่อรักษาทันที

■ โควิด 19 ระบาดในพื้นที่ทำอย่างไร?



กลุ่มผู้ติดเชื้อ

ปฏิบัติตามข้อแนะนำเมื่อมีอาการป่วย



กลุ่มผู้สัมผัส

สังเกตอาการตนเองอย่างน้อย 5 วัน
เมื่อมีอาการ **ตรวจ ATK** ทันที



ประชาชนในพื้นที่ระบาด

ป้องกันตนเองด้วย

มาตรการ **Universal Prevention**
ฉีดวัคซีน ให้ครบตามที่ สธ. กำหนด



สถานประกอบการ

พิจารณำมาตรการ **Work From Home**
/มาตรการ **COVID Free Setting**

คำแนะนำ ป้องกันโรคโควิด 19

เมื่อเข้าสู่ระยะหลังการระบาดใหญ่

Post-Pandemic

1 คนที่ฉีดวัคซีนครบแล้ว



ล้างมือบ่อยๆ
ด้วยสบู่/เจลแอลกอฮอล์



เดินทางได้ปกติ



ทำกิจกรรมรวมกลุ่มได้



ติดตามคำแนะนำของ สร.
สำหรับการฉีดเข็มกระตุ้น

2 กลุ่มเสี่ยง 608/ผู้ที่ฉีดวัคซีนไม่ครบ



ล้างมือบ่อยๆ
ด้วยสบู่/เจลแอลกอฮอล์



ใช้ช้อนส่วนตัว
เมื่อกินอาหารในที่ทำงาน/โรงเรียน



สวมหน้ากากอนามัย
ขณะทำกิจกรรมรวมกลุ่ม



ฉีดวัคซีนเข็มหลัก/เข็มกระตุ้น
ตามที่ สร.กำหนด



สวมหน้ากากเมื่อขึ้นรถสาธารณะ/เข้าไปสถานที่เสี่ยง
เดินทางได้ปกติ เว้นระยะห่างเมื่ออยู่ในสถานที่เสี่ยง