



PEOPLE TO PEOPLE CONNECTIVITY



ຂໍ້ແນະນຳໃນການ ຮັບມືກັບຄົນເຈັບ COVID-19



1. ໃສ່ຜ້າອັດປາກ ຫລື ຫນ້າກາກອາໄມ ໂດຍສະເພາະເວລາພົບປະກັບບຸກຄົນອື່ນ ຢ່າງຫນ້ອຍຢູ່ຫ່າງກັນ 1 ແມັດ
2. ລ້າງມືດ້ວຍສະບູ ແອວກໍຮໍ ຫລື ເຈວລ້າງມື ຢ່າງຫນ້ອຍ 20 ວິນາທີຂຶ້ນໄປ ເປັນປະຈຳ ໂດຍສະເພາະເວລາຫລັງຈາກເຂົ້າຫ້ອງນໍ້າ
3. ບໍ່ໃຊ້ອຸປະກອນການກິນອາຫານ (ໄມ້ຄູ ຖ້ວຍ ບ່ວງ ຈານ) ຫລື ຈອກກິນນໍ້າ ຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນ
4. ດື່ມນໍ້າໃຫ້ພຽງພໍ ກິນອາຫານໃຫ້ຄົບຫ້າຫມູ່ ແລະຫລີກລ່ຽງການກິນອາຫານທີ່ປຸງ ແບບສຸກໆດີບໆ

1. ສວມນ້ຳກາກອນາມ້ຍຫລືນ້ຳກາກຜ້າ ໂດຍເຈາະເມື່ອຕ້ອງພົບປະ ຫລືອຳນວຍຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນ ອຳນວຍຫ່າງກັນໄດ້ນ້ອຍກວ່າ 1 ແມັດ
2. ລ້າງມືດ້ວຍສະບູແລະນໍ້າ ນານ 20 ວິນາທີ ຫລືແອລກອສອນ ເຈລລ້າງມື ເປັນປະຈຳ ໂດຍເຈາະຫລັງຈາກຖ່າຍປີສສາວະຫລືອຳນວຍ
3. ໄດ້ໃຊ້ອຸປະກອນຮັບປະທານອາຫານແລະແກ້ວນໍ້າຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນ
4. ດື່ມນໍ້າສະອາດໃຫ້ເພິ່ງພອ ຮັບປະທານອາຫານໃຫ້ຄົບຄ້ວນ ຕາມຫລັກໂກຊນາການ ຫລືເລີຍການຮັບປະທານອາຫານທີ່ປຸງໄດ້ດີ



ຄຳແນະນຳໃນ ການປະຕິບັດຕົວ ສຳລັບຜູ້ປ່ວຍ COVID - 19



ຂໍ້ມູນໂດຍ : ມາຫາວິທະຍາໄລສຣິນສິນທິວິໄນ (ມສວ.)

ຈັດກຳໂດຍ : ສ່ວນວິທະຍາສາດສຳນວນ ກອງວິຊາການແລະແຜນງານ ກຸມການປະຕິບັດ