

กินวิตามินดีก็ ใส่น้ำยากแบบไหน ก็ป้องกันไวรัสโคโรนาได้?



หน้ากาก N95

กัน PM2.5 และเชื้อโรค



หน้ากากอนามัยทางการแพทย์

กันเชื้อโรค

วิธีใส่หน้ากากอนามัย



1. ล้างมือให้สะอาด



2. ลวมหน้ากากคลุมทั้งจมูกและปาก ให้อยู่เหนือและอยู่ใต้ขอบของหน้ากากพอดี



3. กดแถบลวดขอบบนให้รับกับสันจมูก



ควรเปลี่ยนหน้ากากอนามัยทุกวันที่ใช้เพื่อป้องกันการสะสมเชื้อโรค

หน้ากากอนามัยป้องกันไวรัสโคโรนาได้แค่ไหน ?

ไม่สามารถป้องกันได้ 100%

เพราะหน้ากากอนามัยส่วนใหญ่มีประสิทธิภาพ

ในการป้องกันประมาณ 80% ขึ้นอยู่กับคุณภาพของวัสดุ

หากเป็นหน้ากากอนามัยชนิด

N95 ป้องกันได้ 95%



สรุปภาษาเกี่ยวกับ “โคโรนา”

- | | | |
|--|-----------------------------------|-------------------------------------|
| 1. เป็น RNA 2-Strand ติดต่อกันเป็นสายยาว | 2. ติดเชื้อได้ทั้งคนและสัตว์ | 3. แพร่กระจายผ่านการสัมผัสและน้ำลาย |
| 4. ยังไม่มีวัคซีน | 5. มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ | 6. ระยะฟักตัว 2-14 วัน |
| 7. มีอาการบวมลงมือบวมลงเท้าบวมลงขา | 8. 360 คน เสียชีวิตจากโรคนี้ในจีน | |

ไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019

ต้นตอโรคปอดอักเสบในจีน



องค์การบริหารส่วนตำบลห้วยผา อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

ไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019

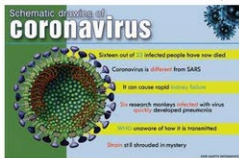
ติดต่อโรคปอดอักเสบในวัย



ไวรัสโคโรนา ตัวย่ออะไร ?

โคโรนาไวรัส (Coronavirus: CoV) เป็นเชื้อไวรัสที่ถูกแยกออกมาได้ครั้งแรกประมาณ 55 ปีก่อน โดยนักไวรัสวิทยาชาวอังกฤษ มีรูปร่างเป็นรูปวงกลมที่มีก้านยื่นออกมารอบตัวเหมือนมงกุฎ (crown) หรือรัศมีของดวงอาทิตย์ จึงเป็นที่มาของชื่อ Corona

แต่เดิมโคโรนาไวรัสเป็นไวรัสก่อให้เกิดโรคหวัดทั่วไป แต่เมื่อช่วงปลายปี 2019 โคโรนาไวรัสได้เกิดการกลายพันธุ์ข้ามสปีชีส์จากค้างคาว ผ่านงูเห่ามาติดเชื้อในคนก่อให้เกิดโรคปอดอักเสบชนิดเฉียบพลัน ซึ่งเริ่มระบาดในเมืองอู่ฮั่นประเทศจีนเมื่อช่วงเดือนธ.ค. ปี 2019 จึงเป็นที่มาของโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ 2019



ไวรัสโคโรนา สามารถติดต่อผ่านคนสูดน้ำตาทางไหนบ้าง ?

ไวรัสโคโรนาแพร่กระจายเชื้อทางละอองฝอย ผ่านการสัมผัสสัมผัส น้ำลาย เสมหะของผู้ป่วย เข้าสู่ร่างกายทางตา จมูก ปาก

อาการ



มีไข้สูง ปวดหัว



ไอ เจ็บคอ



มีน้ำมูกไหล



หายใจหอบ



แน่นหน้าอก



ปวดเมื่อย

****ภายใน 14 วัน หลังเดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยงในจีน**

หากมีอาการดังนี้ควรไปพบแพทย์ทันที**

กลุ่มเสี่ยง

- ▶ เด็กเล็ก ▶ ผู้สูงอายุ
- ▶ ผู้ที่มีโรคประจำตัว
- ▶ ผู้ที่มีภาวะคุ้มกันบกพร่อง
- ▶ คนดูแลหรือใกล้ชิดผู้ป่วย
- ▶ บุคลากรทางการแพทย์

วิธีการรักษา และการป้องกัน



ยังไม่มีการรักษา
เฉพาะที่หายจากโรคแล้ว



งดการเดินทาง
ไปยังเมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน



ไม่อุ้มสัมผัสผู้ป่วย ไอ จาม



งดการสัมผัสกับสัตว์
ที่ป่วยหรือตาย



หมั่นล้างมือให้สะอาด
หลีกเลี่ยงการสัมผัส
ใบหน้าและดวงตา



รับประทานอาหาร
ที่ปรุงสุกเท่านั้น



ใส่หน้ากากอนามัย
เมื่อป้องกัน



ถ้ามีอาการภายใน
14 วันไปพบแพทย์ทันที



หลีกเลี่ยงการอยู่
ในสถานที่แออัด



รักษาร่างกายให้อบอุ่น
และพักผ่อนให้เพียงพอ



ไม่ใช้อุปกรณ์ด้วย
ส่วนกับผู้อื่น

