

เมื่อป่วย ด้วยไข้หวัด



ปิด



ปาก ปิดจมูก เมื่อไอ จาม
หากเจ็บป่วยด้วยไข้หวัดควรใช้หน้ากาก
อนามัยเมื่อต้องไปในที่ชุมชน

ล้าง

ล้างมือบ่อยๆ
เมื่อสัมผัสสิ่งของ เช่น กลอนประตู
ลูกบิด ราวบันได ราวบนรถโดยสาร



เลี่ยง

หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิด
กับผู้ป่วย

หยุด

เมื่อป่วย ควรหยุดเรียน
หยุดงาน หยุดกิจกรรมในสถานที่แออัด
แม้ผู้ป่วยจะมีอาการไม่มากก็ควรหยุดพัก
รักษาตัวอยู่ที่บ้านเป็นเวลา 7



สุขภาพดี
เริ่มต้นที่นี่

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๗ ขอนแก่น
กรมควบคุมโรค



www.dpc7pr.com
www.odpc7.ddc.moph.go.th