



ล้างมือให้บ่อยใน 1 วัน



ล้างมือบ่อยๆ
ลดโอกาสรับเชื้อ
จากการสัมผัส



จับของสาธารณะ
ป้องกันเชื้อที่จะติดมาด้วย

เมื่อถึงบ้าน
ไม่พาเชื้อโรคมาติด
คน/ของในบ้าน



ก่อนกิน
ไม่นำเชื้อเข้าไปปนเปื้อนอาหาร
และช้อนส้อมที่จับ



หลังกิน
ไม่นำเชื้อออกไป
ก่อนทำอย่างอื่น



ล้างมือให้สะอาดอย่างน้อย 20 วินาที

น้ำกับสบู่
ดีที่สุด



เจลล้างมือ
ที่มีแอลกอฮอล์เข้มข้น 70% ขึ้นไป
ถูให้ทั่ว แล้วปล่อยให้แห้ง