



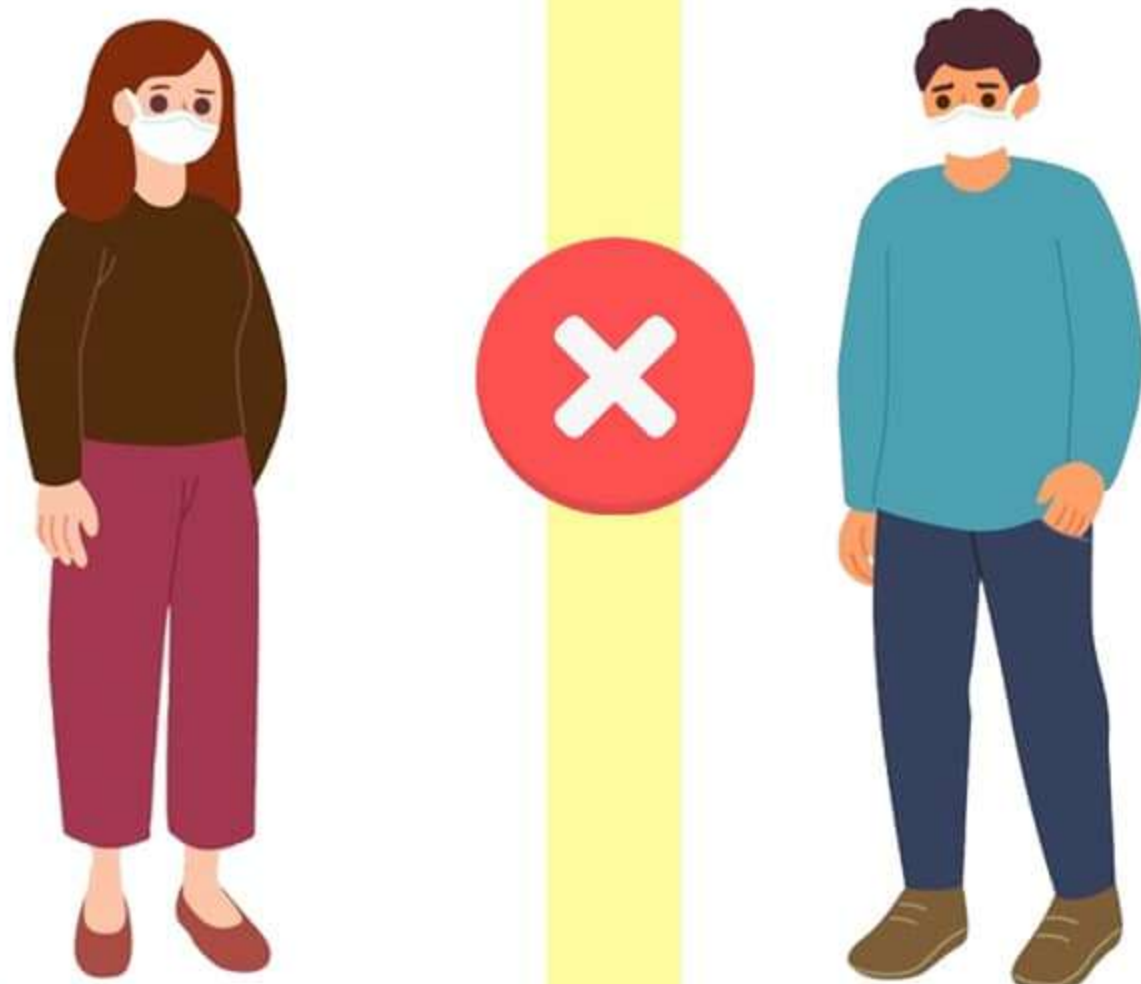
HOME ISOLATION (การแยกกักตัวที่บ้าน)

การปฏิบัติตัวของผู้ป่วยโควิด-19 เมื่อต้อง HOME ISOLATION

ที่มา : กรมการแพทย์



1



ห้ามออกจากที่พักและ
ห้ามผู้ใดมาเยี่ยมบ้าน

2



ห้ามเข้าใกล้ทุกคน หรือ
ต้องเว้นระยะห่างอย่างน้อย 2 เมตร



3



ห้ามรับประทานอาหาร
ร่วมกัน

4



ต้องสวมหน้ากากอนามัย
ตลอดเวลาหากไม่ได้อยู่คนเดียว

5



ล้างมือด้วยสบู่ หรือ
เจลแอลกอฮอล์ทุกครั้ง
ที่จำเป็นต้องสัมผัส
กับของใช้ต่าง ๆ



6



แยกห้องพัก ของใช้ส่วนตัว
กับผู้อื่น หากแยกไม่ได้ควรแยก
ให้ห่างจากผู้อื่นมากที่สุด และ
ควรปิดหน้าต่างให้อากาศถ่ายเท

7



แยกซักเสื้อผ้า ผ้าขนหนู
และเครื่องนอน ด้วยน้ำ และสบู่ หรือผงซักฟอก
ควรใช้ห้องน้ำแยกจากผู้อื่น และแยกขยะ



สิ่งสำคัญ

คือ หมั่นสังเกตอาการตัวเอง วัฒนคุณหมูมีทุกวัน

หากอาการแย่ลง คือ มีอาการต่อไปนี้ เช่น เหนื่อย หอบ ไข้สูง

ไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้

ให้รีบติดต่อโรงพยาบาลที่รักษาอยู่ ให้ใช้รถส่วนตัว

ไม่ใช้รถสาธารณะ พร้อมใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา

หากมีผู้ร่วมยานพาหนะมาด้วย ให้เปิดหน้าต่างรถ

เพื่อเพิ่มการระบายอากาศ เพื่อความปลอดภัยแก่คนรอบข้าง

