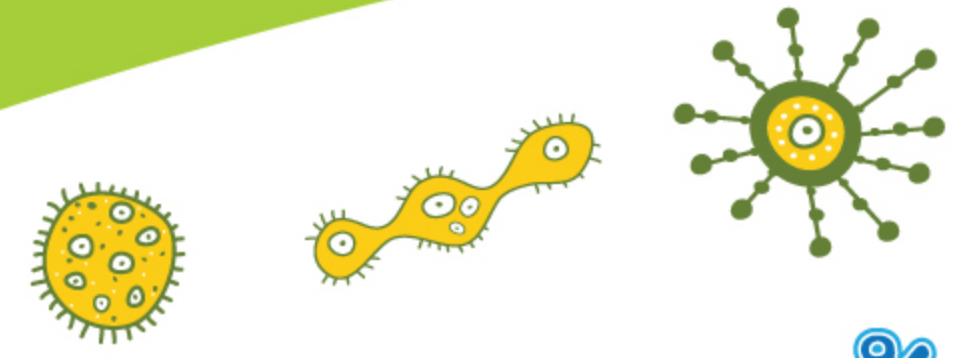




โรงพยาบาลลานนา
Lanna Hospital



ป้องกันการแพร่เชื้อ

ด้วยการ ไอ จาม ให้ถูกวิธี



❌ ไม่ใช้มือสัมผัสโดยตรง



ปิดปากเมื่อไอ จาม ด้วยทิชชู / กระดาษชำระ แล้วทิ้งในถังขยะที่ปิดมิดชิด



ใส่หน้ากากอนามัย เมื่อป่วยหรือ



ล้างมือด้วยสบู่หรือ แอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อ หลังไอ จาม ทุกครั้ง

ไอ จาม ใส่ข้อพับ ข้อศอก

โรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ ที่พบได้บ่อย ได้แก่ ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ และโรคเมอร์ส ฯลฯ สาเหตุที่พบโรคนี้มาก เนื่องจากเชื้อโรคจะอยู่ในน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วย แล้วเมื่อผู้ป่วยไอ จาม โดยไม่ป้องกัน หรือป้องกันไม่ถูกวิธี ก็จะทำให้เชื้อโรคแพร่กระจายออกไปได้ไกล พยายามหลีกเลี่ยงการไอ จาม สัมผัสมือโดยตรง เพราะหลังจากไอ จามเสร็จ เชื้อโรคจะยังอยู่ที่มือเรา แล้วหากเราไปจับสิ่งของ เครื่องใช้ต่างๆ เชื้อโรคเหล่านั้นก็จะติดไปด้วย ทำให้ผู้อื่นที่จับต่อ อาจติดเชื้อโรคนั้นได้

วิธีป้องกันการแพร่เชื้อ ด้วยการไอ จามให้ถูกวิธี เป็นสิ่งที่เราควรปฏิบัติเป็นประจำให้เป็นนิสัย เพื่อเป็นการป้องกันการแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่น รวมทั้งป้องกันตนเองจากผู้อื่นด้วย
ด้วยความปรารถนาดีจาก โรงพยาบาลลานนา โทรศัพท์. 053-999-777