

8



ເລືອກກິນອາຫານທີ່ຮ້ອນ ຫຼື ປຸງສຸກໃໝ່
ບໍ່ກິນຮ່ວມພາ
ຖ້າຫາກິນຮ່ວມກັນ ໃຫ້ນຳໃຊ້ບ່ອງສ່ວນໂຕ

9



ລ້າງມືບໍ່ອຍໆ
ດ້ວຍສະບູ ຫຼື ເຈວແອວກໍ່ທຸກຄັ້ງ
ກ່ອນກິນອາຫານ ຫຼັງເຂົ້າຫ້ອງນ້ຳ
ໄອ ຈາມ ຫຼື ສຳຜັດວັດຖຸ / ເຄື່ອງຂອງຮ່ວມກັນ

ຖ້າສິ່ງໄສວ່າຕົນເອງ
ມີຄວາມສ່ຽງ



ເຊັ່ນ ສຳຜັດຜູ້ຕິດເຊື້ອ ຫຼື ມີອາການ
ຕ້ອງກວດດ້ວຍ ATK
ຫຼື ໄປຮັບການກວດຢູ່ທີ່
ສະຖານພະຍາບານໃກ້ບ້ານ



ປ້ອງກັນການ
ຕິດເຊື້ອພະຍາດ
ໂຄວິດ-19



ແບບຄວບຈັກກະອານ

Universal prevention
for Covid-19

1

ອອກຈາກເຮືອນ
ເມື່ອຈໍາເປັນ



2



ໃສ່ໜ້າກາກອະນາໄມ ແລະ ທັບດ້ວຍ
ຜ້າອັດປາກທີ່ຢູ່ໃນເຮືອນ ແລະ ອອກນອກເຮືອນ
ເມື່ອມີຄົນຫຼາຍກວ່າ 2 ຄົນ



ເວັ້ນໄລຍະຫ່າງ 1-2 ແມັດ
ໃນທຸກສະຖານທີ່



4



ຫຼີກເວັ້ນການໃຫ້ມື
ສໍາຜັດໜ້າກາກອະນາໄມ
ລວມທັງໃບໜ້າໂດຍບໍ່ຈໍາເປັນ

3

5

ແຍກເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນໂຕທຸກຊະນິດ
ບໍ່ຄວນໃຊ້ເຄື່ອງຮ່ວມກັບຄົນອື່ນ



6

ທໍາຄວາມສະອາດ ຂ້າເຊື້ອພື້ນຜິວ
ທີ່ຖືກສໍາຜັດເປັນປະຈໍາ



7



ຜູ້ສູງອາຍຸທີ່ຫຼາຍກວ່າ 60 ປີ ແລະ
ຜູ້ມີພະຍາດຊໍາເຮື້ອ
ອອກຈາກເຮືອນເທົ່າທີ່ຈໍາເປັນ
(ໜ້ອຍຄັ້ງ ແລະ ໃຊ້ໄລຍະສັ້ນທີ່ສຸດ)