

เพื่อป้องกันและระงับการแพร่กระจายการติดเชื้อ COVID-19

(โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่)



สแกนเว็บไซต์
("คู่มือแนะนำ COVID-19 หลายภาษา" กระทรวง
สาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการ) ที่นี่

* ญี่ปุ่น, อังกฤษ, จีน, เกาหลี, โปตุเกส
<https://www.covid19-info.jp/>



ควรทำอะไรในชีวิตประจำวัน

COVID-19 เป็นโรคติดต่อซึ่งเกิดจากไวรัสโคโรนา (SARS - CoV-2) ก่อให้เกิดอาการหลักคือ มีไข้ ไอ ฯลฯ โดยทั่วไปจะติดต่อผ่านละอองฝอยหรือติดต่อผ่านการสัมผัส โปรดระมัดระวังหัวข้อต่อไปนี้โดยเฉพาะ

หลีกเลี่ยง 3 สถานแพร่เชื้อ (สถานที่แออัดที่มีผู้คนคับคั่ง, สถานการณ์ที่มีการสัมผัสใกล้ชิด) และใช้งาน COVID-19 Contact-Confirming Application (COCOA) ที่ช่วยให้สามารถรู้ได้ว่าการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อหรือไม่

ดาวน์โหลด COCOA ที่นี่



Google Play App Store



หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด



หลีกเลี่ยงสถานที่แออัด



หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิด

เมื่อมีอาการไข้หวัด เช่น มีไข้ โปรดหยุดโรงเรียน หยุดงาน หลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน วัดและบันทึกอุณหภูมิร่างกายทุกวัน



หลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน



วัดและบันทึกอุณหภูมิร่างกายทุกวัน

ผู้ที่มีโรคประจำตัวและเกิดการเปลี่ยนแปลงของอาการ หรือผู้ที่กังวลว่าเป็นโรคอื่นนอกจาก COVID-19 โปรดโทรศัพท์ปรึกษาแพทย์ประจำตัวเป็นอันดับแรก



โทรปรึกษาแพทย์ประจำตัวเป็นอันดับแรก



หากคิดว่าอาจจะติดเชื้อ COVID-19 ควรอย่างไร

กรุณาดูหน้าหลัง

หากคิดว่าอาจจะติดเชื้อ COVID-19 ควรอย่างไร



**โปรดอย่าไปสถานพยาบาลในทันที ให้โทรปรึกษาก่อน
กรุณาดูรายละเอียดในเว็บไซต์**

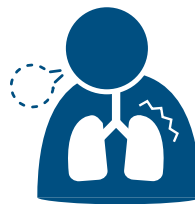


*แพทย์จะเป็นผู้วินิจฉัยให้แก่ผู้ป่วยแต่ละรายว่าจำเป็นต้องตรวจโรคหรือไม่

● โปรดปรึกษาเรา หากตรงอย่างน้อยหนึ่งอย่างตามข้อใดข้อหนึ่งต่อไปนี้ โปรดดูข้อมูลช่องทางติดต่อศูนย์บริการข้อมูลในท้องถิ่นจากเว็บไซต์ด้านบน

● มีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอย่างหนัก
เช่น หายใจลำบาก ปวดเมื่อย (เหนื่อยล้า) มีไข้
สูง

อาการของแต่ละคนแตกต่างกัน ดังนั้น หากคิดว่ามี
อาการหนัก กรุณาปรึกษาทันที



หายใจลำบาก



เหนื่อยล้า



มีไข้สูง

● ผู้ที่มีความเสี่ยงสูงที่จะเกิดอาการสาหัส* และ
มีอาการไข้หวัดที่ไม่รุนแรง เช่น มีไข้ ไอ เป็นต้น

*ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน โรคหัวใจบกพร่อง โรคทางเดินหายใจ (เช่น COPD) ผู้รับการ
รักษาโดยการฟอกเลือด ผู้ที่ใช้ยากดภูมิคุ้มกันหรือยาต้านมะเร็ง เป็นต้น

● นอกเหนือจากที่กล่าวด้านบน ผู้ที่มีอาการไข้หวัดที่ไม่รุนแรงอย่างต่อเนื่อง เช่น มีไข้ ไอ เป็นต้น

อาการของแต่ละคนแตกต่างกัน ดังนั้น หากคิดว่ามีอาการหนัก กรุณาปรึกษาทันที
หากมีอาการติดต่อกัน 4 วันขึ้นไป กรุณาปรึกษาทันที
ผู้ที่ต้องกินยาลดไข้หรือยาอื่น ๆ อย่างต่อเนื่องก็เช่นกัน



เด็ก



สตรีมีครรภ์

● ผู้ที่กำลังตั้งครรภ์หรือมี
บุตร กรุณาดูเว็บไซต์ควบคู่
ไปด้วย



● นอกจาก ศูนย์ปรึกษาสำหรับผม ยังสามารถปรึกษาได้ที่สมาคมแพทย์หรือสถานรักษา
พยาบาล ขึ้นอยู่กับแต่ละท้องถิ่น

● หากได้รับคำสั่งจากเทศบาลหรือสถานอนามัยหรือด่านตรวจโรคที่อยู่ใกล้บ้าน กรุณาทำตาม
คำแนะนำนั้น

หากต้องเข้ารับการตรวจในสถานพยาบาล ต้องระวังอะไรบ้าง

โปรดฟังระวังข้อต่อไปนี้เมื่อเข้ารับการตรวจ

● พบเหตุการณ์แพร่กระจายของการติดเชื้ออันเนื่องมาจากการเข้ารับการตรวจที่สถาน
พยาบาลหลายแห่ง ดังนั้น หากไม่ได้รับคำสั่งจากแพทย์ โปรดเลี่ยงการเข้ารับการตรวจ
ที่สถานพยาบาลหลายแห่ง

● เมื่อเข้ารับการตรวจที่สถานพยาบาล กรุณาใส่หน้ากาก
อนามัย ล้างมือและนิ้วให้สะอาด และรักษามารยาทการไอ
-จาม*

*ใช้หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู ผ้าเช็ดหน้า แขนเสื้อ ข้อพับแขน ฯลฯ ปิดปากและจมูก
ขณะไอหรือจาม



สอบถามด้วยภาษาของคุณได้หรือไม่

รองรับเป็นบางส่วน
โปรดดูข้อมูลช่องทางติดต่อศูนย์
บริการข้อมูลในท้องถิ่นจากเว็บไซต์

สแกนเว็บไซต์ ("คู่มือแนะนำ
COVID-19 หลายภาษา" กระทรวง
สาธารณสุข แรงงาน และ
สวัสดิการ) ที่นี่



* ญี่ปุ่น, อังกฤษ, จีน, เกาหลี, โปตุเกส
<https://www.covid19-info.jp/>



ひと、暮らし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

กระทรวงสาธารณสุข
แรงงาน และสวัสดิการ

กรุณาดูรายละเอียดข้อมูลล่าสุดในเว็บไซต์