



## ช่วง COVID ขาขึ้น

หากคนในบ้านป่วย อยู่อย่างไรให้ปลอดภัย



**ทำความสะอาดบ้าน**  
และฆ่าเชื้อสเปรย์เสมอ  
ในจุดที่ใช้งานร่วมกัน

**แยกพื้นที่บ้านของผู้ป่วย**  
ใช้ห้องแยกที่มีประตูปิดมิดชิด  
หากมีห้องน้ำแยกได้ จะดีที่สุด



**ใส่หน้ากากอนามัย**  
ควรใส่ตลอดเวลา ทั้งผู้ป่วย  
และคนอื่นในบ้าน

**ไม่ใช้ของร่วมกัน**  
แยกชาม จาน แก้วน้ำ  
ไม่ใช้ร่วมกัน



**เปิดหน้าต่าง**  
ให้อากาศถ่ายเทสู่ภายนอก  
ช่วยหมุนเวียนอากาศในห้อง

**ผู้สัมผัสใกล้ชิด**  
ควรเฝ้าสังเกตอาการ  
หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ  
ควรตรวจ ATK หรือ พบแพทย์



**การแยกขยะติดเชื้อ**  
ใส่ถุงแยก มัดให้แน่น  
และเขียน "ขยะติดเชื้อ"  
ทิ้งแยกจากขยะทั่วไป



ด้วยความห่วงใย กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลแม่หล่าย



## ระวังสายพันธุ์ XEC

ที่แพร่เร็วขึ้นกว่าเดิมเกือบเท่าตัว!

สายพันธุ์โอไมครอน XEC ที่ระบาดหนักในปีี้ แพร่เร็วกว่าโควิดเดิม 84 -110% ถึงอาการจะไม่รุนแรง แต่กลุ่มเสี่ยงอย่าง ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และผู้มีโรคเรื้อรัง ต้องระวังเป็นพิเศษ

### อาการที่พบได้บ่อย



ไข้สูง หนาวสั่น



ปวดเมื่อย  
เจ็บคอ คัดจมูก



ไอต่อเนื่อง



ท้องเสีย  
คลื่นไส้ เบื่ออาหาร



เหนื่อยง่าย  
หายใจลำบาก



สูญเสียการ  
รับกลิ่น/รส

! ถ้ามีอาการ ควรตรวจ ATK ทันที และพบแพทย์

ด้วยความห่วงใย กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลแม่หล่าย