



หน้ากากอนามัย



ใช้ถูกวิธีลดความเสี่ยงจากไวรัสโคโรนา



ล้างมือให้สะอาด



จับสายคล้องหู



หันด้านสีเข้ม ออกด้านนอก
(เขี้ยว ด้านนอก – ขาว ด้านใน)



จัดให้พอดีอยู่
ตรงกลางของจมูก
แล้วกดให้แนบสันจมูก



ดึงหน้ากากอนามัย
ลงมาให้คลุมใต้คาง



หลังใช้ทิ้งหน้ากากอนามัยใน
ถุงพลาสติก และมัดถุง
ให้สนิทแล้วทิ้งขยะที่มีฝาปิด

วิธีปฏิบัติตัวอื่น ๆ



หลีกเลี่ยงการไปในที่
คนพลุกพล่าน



ล้างมือบ่อย ๆ
ด้วยสบู่



รับประทานอาหาร
สุกและสะอาด



กินร้อน ช้อนส่วนตัว

