

(タイ語)

避難所での感染症の予防について

การป้องกันโรคติดต่อภายในศูนย์อพยพ

เนื่องจากผู้ที่อาศัยอยู่ในศูนย์อพยพไม่ได้รับประทานอาหารและพักผ่อนอย่างเพียงพอ จึงอาจทำให้สภาพร่างกายอ่อนแอ นอกจากนี้ ยังต้องใช้ชีวิตร่วมกับคนหมู่มาก บางครั้งจึงอาจเกิดการแพร่กระจายของโรค เช่น ไข้หวัดใหญ่ ไข้หวัดธรรมดาหรือโรคท้องร่วงได้

เพื่อการป้องกันโรคติดต่อ (เช่น ไข้หวัดใหญ่หรือไข้หวัดธรรมดา โรคท้องร่วงจากโนโรไวรัส เป็นต้น) ควรปฏิบัติดังต่อไปนี้

(1) ล้างมือหลังจากเข้าห้องน้ำและก่อนรับประทานอาหาร รวมทั้งหลังจากช่วยเหลือเด็กเล็กหรือผู้สูงอายุซบถาย

※ ในสถานที่ที่น้ำประปาไม่ไหล ให้ใช้น้ำยาฆ่าเชื้อที่มีแอลกอฮอล์ผสมอยู่ หรือใช้ทิชชูเปียกเช็ดมือ

(2) สวมใส่หน้ากากอนามัย

※ ในกรณีที่หน้ากากอนามัยมีจำนวนน้อย ให้ผู้ป่วยที่มีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูกเป็นผู้สวมใส่หน้ากาก

※ ในกรณีที่ไม่มีหน้ากากอนามัย เวลาไอหรือจามให้ใช้ผ้าเช็ดหน้าหรือทิชชูปิดปากและจมูก หันให้ห่างจากคนรอบข้างอย่างน้อย 1 เมตร และทิ้งทิชชูที่ใช้แล้วทันที

(3) สวมใส่ถุงมือหรือหน้ากากอนามัยเมื่อต้องจัดการกับอาเจียนหรืออุจจาระ

(4) เปิดหน้าต่างวันละหลายๆครั้งเพื่อถ่ายเทอากาศ

(5) สวมใส่ถุงมือเมื่อต้องทำอาหารแจกหรือปั่นข้าวปุ้น เพื่อลดการปนเปื้อนของเชื้อโรค

(6) อาหารที่จำเป็นต้องผ่านความร้อน ต้องทำให้สุกอย่างดีก่อนนำมารับประทาน