

ภาพไว้นิตที่เกี่ยวข้องกับโรคโควิด ๑๙



ไวรัสโคโรนา คือ อะไร

ป้องกันไวรัส! ทั่วโลกโรคระบาดไวรัสและชนิดที่มีความทนทานคือสภาพแวดล้อม
แตกต่างกันดังนั้นนักวิทยาศาสตร์จะทำการถอดรหัสพันธุกรรมของไวรัสเพื่อเข้าไปสู่
การรับมือและผลิตวัคซีนในการป้องกันไวรัสโคโรนาแล้วไวรัสจะถูกทำลายด้วย
ความร้อนเป็นเวลาที่สั้นหรือแสงอัลตราไวโอเลต (UV) ในช่วง 100 - 400
นาโนเมตรควรใช้ส้วมที่มีคุณสมบัติละลายไขมันในท่อน้ำทิ้งให้ไปร่นดินและ
ตรวจพันธุกรรมของไวรัสเพื่อสภาพไป เช่น คลอรีน แอลกอฮอล์ เป็นต้น

ไวรัส (Virus)

ไวรัสคืออะไร?

ไวรัส (Virus) คือ องค์ประกอบที่เล็กกว่าเซลล์ของสิ่งมีชีวิต (100-200 นาโนเมตร) สามารถแพร่กระจายและอาศัยอยู่ในสิ่งมีชีวิตได้
แต่ไม่สามารถอาศัยในไวรัสโคโรนาได้
การที่ไวรัสจะแพร่พันธุ์ได้ต้องอาศัยเซลล์ของสิ่งมีชีวิตเป็นโฮสต์
เพื่อที่จะถูกเซลล์โฮสต์สร้างไวรัส

ไวรัสมีกี่ชนิด?

ไวรัสสามารถแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ
1. ไวรัสที่มีเปลือกหุ้ม (Enveloped Virus)
2. ไวรัสที่ไม่มีเปลือกหุ้ม (Non-enveloped Virus)

ไวรัสสามารถทำอะไรได้?

ไวรัสสามารถเข้าไปในเซลล์โฮสต์และใช้เครื่องมือของเซลล์โฮสต์เพื่อสร้างไวรัสใหม่
ซึ่งสามารถแพร่กระจายต่อไปยังเซลล์โฮสต์อื่นได้

ไวรัสชนิดใดบ้าง?

1. ไข้หวัดใหญ่
2. COVID-19
3. ไข้หวัด

ไวรัสทำให้อะไร?

ไวรัสสามารถทำให้เกิดโรคได้หลายชนิดทั้งในพืชและสัตว์
เช่น ไข้หวัดใหญ่ ไข้หวัด COVID-19 ไข้หวัดธรรมดา ไข้หวัด
สามารถทำให้เกิดโรคได้หลายชนิดทั้งในพืชและสัตว์

ทำให้อาเจียน	ทำให้อาเจียน
ทำให้มีอาการท้องเสีย	ทำให้มีอาการท้องเสีย
ทำให้มีอาการท้องเสีย	ทำให้มีอาการท้องเสีย

ป้องกันไวรัส ทำได้หลายวิธี

1. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาด
2. สวมหน้ากากอนามัย
3. หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่น

วิธีฆ่าเชื้อไวรัส

1. ใช้ความร้อน 56-60 องศาเซลเซียส นาน 30 นาที
2. ใช้แสงอัลตราไวโอเลต (UV) ในเวลา 100-400 นาโนเมตร

การป้องกันไวรัส

1. หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่น
2. สวมหน้ากากอนามัย
3. หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับพื้นผิวที่ปนเปื้อน

โครงการคัดกรองและป้องกันในการติดเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid-19)

ณ โรงเรียนปรางแก้ว ตำบลทุ่งลาน อำเภอลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา

10 แนวทางการปฏิบัติ เชื้อไวรัสโคโรนา-19

- ล้างมืออย่างน้อย 20 วินาที
- เก็บของทำไว้ที่บ้าน
- ทำความสะอาดภายในรถทุกครั้งหลังใช้งาน
- ทำความสะอาดกระเป๋า กุญแจ โทรศัพท์มือถือ
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสผู้อื่น หรือสัตว์เลี้ยง
- ถอดหน้ากากอนามัยใส่ถุงให้มิดชิดทิ้งในถังขยะเฉพาะ
- งดเว้นการสัมผัสสิ่งของบุคคลในบ้าน ก่อนอาบน้ำ
- แยกเสื้อผ้าที่ใส่แล้วออก และซักในทันที
- อาบน้ำ สระผมทันที เมื่อถึงบ้าน
- เมื่อกินข้าวร่วมกับให้ใช้ช้อนกลางส่วนตัว

มารู้จัก... ไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019

โรคนี้ติดต่อทางเดินหายใจ
ส่งผลกระทบต่อปอดอักเสบ

อาการที่สังเกตได้
- ไข้
- ไอ
- หายใจลำบาก

การวินิจฉัย
- ตรวจหาเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019
- ตรวจหาแอนติบอดีต่อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019

ผู้ป่วย 3 สี มีอาการอย่างไรบ้าง

ผู้ป่วยสีเขียว	ไข้คอบ ไอ ได้กลิ่น ไม่รู้สึก ไข้/มีน้ำมูก
ผู้ป่วยสีเหลือง	มีไข้ ถ่ายเหลว ตาแดง
ผู้ป่วยสีแดง	ง่วงซึม เบื่ออาหาร หายใจลำบาก

จุดศูนย์รวมกาย 37.5 องศาเซลเซียส

4 สายพันธุ์อันตราย ไม่ไทยก็ต้องระวัง!

สายพันธุ์เอชเอ็นบี	สายพันธุ์เอชเอ็นบี
สายพันธุ์เอชเอ็นบี	สายพันธุ์เอชเอ็นบี
สายพันธุ์เอชเอ็นบี	สายพันธุ์เอชเอ็นบี
สายพันธุ์เอชเอ็นบี	สายพันธุ์เอชเอ็นบี

สนับสนุนโดย: กองทุนสุขภาพ เทศบาลตำบลทุ่งลาน อำเภอลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา

ภาพแผ่นพับที่เกี่ยวกับโรคโควิด ๑๙

ไวรัสโคโรนา คืออะไร

ไวรัสโคโรนา เป็นกลุ่มของเชื้อไวรัสที่สามารถก่อให้เกิดโรคระบบทางเดินหายใจ โคน ซึ่งไวรัสที่อยู่ในกลุ่มนี้ มีหลายสายพันธุ์ ส่วนใหญ่ทำให้เกิดอาการไม่รุนแรง คือ เป็นไข้หวัดธรรมดา ในขณะที่บางสายพันธุ์อาจก่อให้เกิดอาการรุนแรงเป็นปอดอักเสบได้ เช่น โรคติดเชื้ออหิวาตกโรคตะวันออกกลาง (เมอร์ส) หรือโรคซาร์ (SARS) ซึ่งเคยมีการระบาดในอดีตที่ผ่านมา

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 คืออะไร

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 คือ ไวรัสในกลุ่มโคโรนาที่เพิ่งมีการค้นพบใหม่ (ไม่เคยมีการพบชื่อนี้ในคนมาก่อน) โดยพบครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น นครกลางหุบเขาสถาพรรัฐประชาฮูบเป่ย์ ในช่วงปลายปี 2019



การติดต่อ

ไวรัสสามารถแพร่กระจายจากคนสู่คนได้โดยผ่านทางละอองฝอย สัมผัส น้ำลาย คัดจมูก จมูก หรือละอองระเหยที่ไม่ใช่ผู้ที่มีอาการทางเดินหายใจ หรือส่งยีสต์เชื้อไวรัสโคโรนา ไปสัมผัสกับกลีตหรือสิ่งของร่วมกับผู้อื่น เพื่อลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ

อาการ

จะมีอาการ ไข้ หรือไอ จาม เจ็บคอ ปวดเมื่อย หายใจเหนื่อยหอบ (โดยเฉพาะผู้สูงอายุและเด็ก จะมีอาการรุนแรง) และมีประวัติเดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง ก็มีการประกาศเป็นพื้นที่ระบาด หรือใกล้ชิดกับผู้ป่วย ภายใน 14 วัน ก่อนเริ่มมีอาการป่วย

กลุ่มเสี่ยงที่อาจจะมีอาการรุนแรง

- ผู้สูงอายุ (อายุมากกว่า 60 ปี)
- ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคไตเรื้อรัง โรคปอดเรื้อรัง โรคถุงลมโป่งพอง โรคตับแข็ง โรคหลอดเลือดสมอง ฯลฯ
- คนอ้วน
- ผู้ที่มีภูมิต้านทานพร่อง



การป้องกันโรค

หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ น้ำูกไหล หายใจเหนื่อย ภายใน 14 วัน หลังกลับมาจากพื้นที่เสี่ยง หรือสัมผัสผู้ป่วย โปรดไปพบแพทย์ พร้อมแจ้งประวัติโดยละเอียด ไม่ปกปิดข้อมูลเพื่อการควบคุมโรคได้ทัน

ล้างมือบ่อยๆ

เป็นการล้างเอาเชื้อโรคที่ติดอยู่บนมือ ออกเสีย ง่ายนึ่ง ซึ่งเกิดจากการสัมผัสสิ่งของที่มีเชื้อโรค การล้างมืออย่างถูกวิธีต้องล้างด้วยน้ำสะอาด ใช้เวลาในการฟอกมือนานประมาณ 20 วินาที ล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ ใช้กรณีไม่มีน้ำสะอาด ไม่สะดวกในการล้างด้วยน้ำและสบู่ไปเป็นเบี่ยงส่งผลกระทบต่อสุขภาพหรือสังคม จากผู้ป่วย

สวมใส่หน้ากากอนามัย


ใส่หน้ากากอนามัยทุกครั้ง ควรให้ด้านสีของหน้ากากออกเสมอ หลีกเลี่ยงพูดคุย ปาก กาง คลองหายใจให้พอดีกับใบหน้า กดตลอดขอบบนให้สนิทกับสันจมูก โดยเปลี่ยนทุกวันและทิ้งลงในภาชนะที่มีฝาปิด เพื่อป้องกันการติดเชื้อ ที่จากตนเองและผู้อื่น




กินของร้อน ใช้ช้อนกลาง หมั่นล้างมือ

4 ข้อแนะนำ การจัดการน้ำบริโภค ในสถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)


เลือกบริโภคน้ำที่สะอาด ปลอดภัยผ่านกระบวนการผลิตที่ได้มาตรฐาน




ภาชนะบรรจุน้ำต้องสะอาด และถ้าเป็นขวดต้องมีฝาปิด




ควรล้างภาชนะบรรจุน้ำให้สะอาดด้วยน้ำยาล้างภาชนะทั้งภายนอกและภายในทุกครั้งหลังจากการใช้



ไม่ควรบริโภคน้ำจากขวดน้ำเดียวกันกับผู้อื่น





7 ขั้นตอน

การป้องกันการติดเชื้อไวรัส COVID-19

PRECAUTIONS

-  ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือแอลกอฮอล์ล้างมือ
-  กินอาหารสุก และสะอาด
-  ปิดจมูก ปาก เวลาไอจาม โดยไอจามใส่ทิชชู ไม่ใช้มือเปล่า
-  ไม่อยู่ใกล้ชิดกับผู้มีอาการหวัด หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ ให้สวมหน้ากากอนามัย
-  ไม่ควรใช้มือสัมผัส บริเวณ ตา จมูก และปาก (ถ้าไม่จำเป็น)
-  ไม่สัมผัสกับสัตว์ป่า หรือสัตว์ในเลี้ยง ในฟาร์ม
-  ไม่ใช้ของส่วนตัวหรือภาชนะร่วมกับผู้อื่น

สามารถติดตามสถานการณ์การระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 ได้ที่ Website ขององค์การอนามัยโลก (<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>)

กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ ป้องกันโรค

กินร้อน... กินอย่างไร

- ปรุงอาหารด้วยความร้อนให้สุกอย่างทั่วถึง
- กินอาหารที่ปรุงสุกใหม่ทันที
- อุ่นอาหารที่กินไว้นานเกิน 2 ชั่วโมงให้ร้อนทั่วถึงก่อนจะนำมากินใหม่




ช้อนกลาง สำคัญอย่างไร

ช้อนกลาง ช่วยป้องกันการแพร่กระจายโรคที่ติดต่อผ่านทางน้ำลายจากการกินอาหารร่วมกัน




กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ ป้องกันโรค



กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข www.ddc.moph.go.th **1422** ฟรีทั่วประเทศ

ดูภาพเพิ่มเติม 

ภาพการจัดซื้อวัสดุอุปกรณ์เกี่ยวกับโรคโควิด ๑๙





