

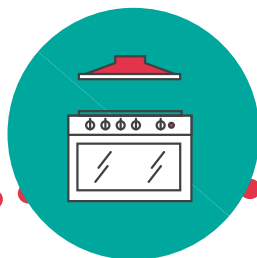


กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

COVID-19 รู้ทันป้องกันได้

Clean Home

สะอาดทุกจุดสัมผัส



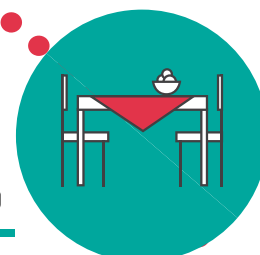
ห้องครัว

- พื้นครัวหมั่นเช็ด ถู ทำความสะอาด
- ทิ้งหรือกำจัดเศษอาหารทุกวัน



ห้องนั่งเล่น

- เก็บสิ่งของเครื่องใช้ที่ไม่จำเป็น
- กวาดหยากไย่ และฝุ่นละออง
- เช็ดคราบสกปรก ทำความสะอาดให้ทั่วถึง



ห้องกินข้าว

- เก็บขยะหรือของที่ไม่จำเป็นออก
- ใช้น้ำยาทำความสะอาดทุกครั้ง บริเวณที่มีคราบเลอะ
- เช็ดทำความสะอาดทุกครั้งหลังกินข้าว



ห้องส้วม

- หมั่นทำความสะอาดพื้นและบริเวณรอบห้องบ่อยๆ
- หมั่นทำความสะอาดสายชำระ ที่รองนั่งโถส้วม กลอนประตู หรือลูกบิด



ห้องนอน

- ชักผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน มุ้ง ผ้าห่ม อย่างน้อย สัปดาห์ละครั้ง



ออกนอกบ้าน

กลับเข้าบ้าน



ไม่เดินทาง ไม่ไปในพื้นที่เสี่ยงบริเวณที่มีคนแออัด



สวมหน้ากากอนามัย หรือหน้ากากผ้า



งดงานเลี้ยง งานสังสรรค์ต่างๆ



ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ



อาบน้ำทันทีและซักเสื้อผ้าที่ใช้ในแต่ละวัน

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

<https://www.anamai.moph.go.th/>

สแกนคิวอาร์โค้ด
รับความรู้เรื่อง COVID-19

เผยแพร่ : 22 มีนาคม 2563

