

ข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับโคโรนาไวรัส (โควิด-19)

ข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับโคโรนาไวรัสกำลังได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก
โคโรนาไวรัสโดยปกติจะทำให้เกิดอาการเพียงเล็กน้อย แต่ในบางคน โดยเฉพาะผู้สูงอายุ
และผู้ที่มีเจ็บป่วย อาการอาจรุนแรง
ดังนั้นทุกคนจึงต้องช่วยกันในการหยุดยั้งการแพร่กระจายของการติดเชื้อในกลุ่มประชากรด้วยกัน

หากคุณเป็นผู้รับเชื้อ อาจต้องใช้เวลา 0 - 14 วันกว่าที่จะแสดงอาการ
โดยปกติจะใช้เวลาประมาณ 5-6 วัน บุคคลจะอยู่ในภาวะที่แพร่เชื้อได้มากที่สุดขณะเกิดอาการ
อาการไข้ ไอและหายใจลำบากถือเป็นอาการที่พบได้ทั่วไป
บางคนอาจมีอาการทรุดหนักจนเกิดภาวะปอดอักเสบ หายใจลำบากหรืออาการรุนแรงอื่น ๆ

คำแนะนำในการป้องกันการติดเชื้อ:

เว้นระยะห่างให้เพียงพอ!

- อยู่บ้านหากรู้สึกไม่สบาย
- อยู่บ้านหากได้รับแจ้ง (เพื่อกักตัวหรือแยกกันโรค)
- พยายามรักษาระยะระหว่างตนเองและบุคคลอื่นอย่างน้อยหนึ่งเมตร

รักษาสุขอนามัยที่ดี!

- ล้างมือให้ทั่วเป็นประจำ
 - เมื่อต้องอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น
 - เมื่อเข้าห้องน้ำ
 - เมื่อไอ จามหรือสั่งน้ำมูก
 - ก่อนปรุงหรือรับประทานอาหาร
- ใช้น้ำยาฆ่าเชื้อหากไม่มีน้ำและสบู่ให้ใช้

รักษาสุขอนามัยที่ดีสำหรับระบบทางเดินหายใจ+

- หลีกเลี่ยงการไอหรือจามใส่บุคคลอื่น
- ไอใส่กระดาษทิชชูแล้วทิ้ง ล้างมือหลังจากนั้น!
- หากคุณไม่มีกระดาษทิชชู ให้ข้อมือศอกเพื่อบัง

หากคุณคิดว่าตนเองติดเชื้อ

- หากคุณสงสัยว่าติดเชื้อ ให้อยู่ที่บ้าน
- หากคุณต้องการความช่วยเหลือทางการแพทย์ ให้ติดต่อกับแพทย์ประจำตัวทางโทรศัพท์ก่อนในเมืองต้น หากไม่สามารถทำได้ ให้ติดต่อหน่วยงานฉุกเฉินที่หมายเลข 116 117

คอยติดตามข่าวสารอย่างต่อเนื่อง!

- หน่วยงานกำกับดูแลขอให้ทุกคนที่อาศัยหรือพักในนอร์เวย์อ่านข้อมูลที่สำคัญและคำแนะนำที่จัดไว้ให้เกี่ยวกับโคโรนาไวรัสที่ www.fhi.no และ www.helsenorge.no
คำแนะนำนี้จะมีการปรับปรุงเนื้อหาเป็นระยะ ๆ

Generell informasjon om Korona

Språk: Thai

Opprettet: 03/2020 Oppdatert:20/03/27



Norwegian Institute of Public Health

ข้อมูลนี้มีจัดไว้ให้เป็นภาษาออร์เวย์และอังกฤษ หากคุณมีปัญหาในการเข้าใจเนื้อหา
กรุณาสอบถามคนใกล้ชิดเพื่อขอคำแนะนำเพิ่มเติม