

การปฏิบัติตัวระหว่างอาการกำเริบ หรือคุมไว้สังเกตในที่พักอาศัย

1) อยู่ในที่พักอาศัย 14 วัน นับจากวันเดินทางถึงประเทศไทย



2) ไม่รับประทานอาหารและใช้ภาชนะร่วมกับผู้อื่น



3) ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดตัว หมอน ผ้าห่ม แก้วน้ำ



4) ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ นาน 20 วินาที หรือแอลกอฮอล์ 70% ลูบมือจนแห้ง

5) เมื่อต้องอยู่กับผู้อื่น ต้องสวมหน้ากากอนามัย และอยู่ห่างจากคนอื่น ประมาณ 1-2 เมตร หรือหนึ่งช่วงแขน



6) หลีกเลี่ยงการพูดคุย ใกล้ชิดกับคนอื่น โดยเฉพาะผู้สูงอายุ และผู้ป่วยเรื้อรัง

7) การทิ้งหน้ากากอนามัย ให้ทิ้งใส่ถุงพลาสติก ปิดถุงให้สนิท ก่อนทิ้งลงถังขยะที่ปิดมิดชิด จากนั้นทำความสะอาดมือด้วย น้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์ 70% ทันที



8) เมื่อไอ จามให้ใช้ทิชชูปิดปาก ปิดจมูกถึงคางทุกครั้ง ทั้งทิชชูใส่ถุงพลาสติก ปิดถุงให้สนิทก่อนทิ้งลงถังขยะที่ปิดมิดชิด จากนั้นทำความสะอาดมือด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์ 70% ทันที หากไม่มีทิชชูใช้ต้นแขนด้านใน



9) ทำความสะอาดบริเวณที่พัก ด้วยน้ำยาฟอกขาว 5% (น้ำยาฟอกขาว 1 ส่วนต่อน้ำสะอาด 99 ส่วน) หรือเช็ดพื้นผิวสัมผัสด้วยแอลกอฮอล์ 70%



10) ทำความสะอาดเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู หรืออื่นๆ ด้วยผงซักฟอกและน้ำธรรมดา หรือซักผ้าด้วยน้ำร้อน อุณหภูมิ 70-90°C