

# สำหรับผู้กลายเป็นผู้สัมผัสใกล้ชิด

## 【ผู้สัมผัสใกล้ชิด หมายถึง】

- ผู้ที่ติดต่อสัมผัสเป็นเวลานานกับผู้ป่วย เช่น ผู้ที่อาศัยร่วมอยู่ด้วย ฯลฯ
  - ผู้ที่คาดได้ว่ามีความเป็นไปได้ที่จะติดเชื้อ เช่น มีการติดต่อสัมผัสในระยะใกล้และเป็นเวลานานโดยไม่มีกำบังที่เหมาะสม
- จะทำการตรวจ PCR เป็นต้น ตามความจำเป็น

ในระยะห่าง  
1 เมตร

ไม่สวม  
หน้ากากอนามัย

15 นาทีขึ้นไป



## การดำเนินชีวิตหากคุณกลายเป็นผู้สัมผัสใกล้ชิด

เนื่องจากมีความเป็นไปได้สูงในการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ จึงอยู่ในข่ายต้องได้รับการสอบสวนและเฝ้าสังเกตสุขภาพ



- วัคซีนภูมิวันละ 2 ครั้ง และสังเกตสภาพร่างกายอย่างระมัดระวัง ระวังว่ามีอาการ เช่น มีไข้ ไอ น้ำมูกไหล เจ็บคอ หายใจลำบาก มีความผิดปกติในการรับกลิ่นและรสชาติหรือไม่ และบันทึกไว้
- หลีกเลี่ยงการออกไปข้างนอกเท่าที่จะสามารถทำได้ และใช้ชีวิตอยู่ที่บ้านโดย หลีกเลี่ยงการใช้พื้นที่สำหรับการใช้ชีวิตร่วมกับผู้ร่วมอาศัยเท่าที่จะทำได้
- หมั่นล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากอนามัย และพักผ่อนให้เพียงพอ

สถานที่ให้คำปรึกษาในกรณีที่เกิดมีอาการ รู้สึกกังวลเกี่ยวกับสภาพร่างกาย หรือมีข้อกังวลใดๆ

กรุณาติดต่อได้ที่ \_\_\_\_\_  
(เวลากลางวันของวันทำงาน) \_\_\_\_\_  
(เวลากลางคืน/วันหยุด) \_\_\_\_\_

ก่อนไปพบแพทย์ กรุณาโทรแจ้งสถานพยาบาลก่อนล่วงหน้า  
ว่าคุณเป็น “ผู้สัมผัสใกล้ชิด”

โปรดอย่าใช้รถแท็กซี่หรือระบบขนส่งสาธารณะ

