

การป้องกัน โรคไข้หวัด ป้องกัน แต่ป้องกันได้โดย



ล้างมือก่อนรับประทานอาหารและ
หลังเข้าห้องน้ำทุกครั้ง ด้วยน้ำและสบู่
(แอลกอฮอล์จะฆ่าเชื้อ Enterovirus
ไม่ได้)

ใช้ช้อนกลาง หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของ
ร่วมกัน เช่น แก้วน้ำ หลอดดูด ช้อน-ส้อม
ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ แปรงสีพื้น เป็นต้น



ปิดเล็บให้สั้น หมั่นรักษาความสะอาด
ของร่างกายอยู่เสมอ ฝึกลูกให้หมั่นล้าง

กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ

ดูแลสุขภาพเด็กและสังเกตอาการผิดปกติ
อย่างใกล้ชิด หากพบเด็กป่วยควรแยก
เด็กป่วยออกจากเด็กปกติ และพาไป
พบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข



ทำความสะอาดพื้น ของใช้ ของเล่น
โดยใช้สารละลายแอลกอฮอล์ความเข้มข้น
(โซเดียมไฮโปไคลไรท์ความเข้มข้น 0.5%)
20 มิลลิลิตรต่อน้ำ 1 ลิตร และล้างด้วย
น้ำสะอาด

หลีกเลี่ยงการอยู่ในชุมชนแออัด เช่น ห้างสรรพสินค้า
ตลาด สระว่ายน้ำ ควรอยู่ในที่ที่มีการระบายอากาศดี

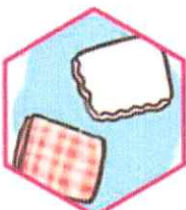
การป้องกันโรคมือ เท้า ปาก บ้าน/สถานรับเลี้ยงเด็ก/โรงเรียนอนุบาล



จัดโต๊ะอย่างล้างมือและสวม อกสุกลักษณะ
ล้างมือก่อนรับประทานอาหาร
และหลังเข้าห้องน้ำทุกครั้ง ด้วยน้ำและสบู่



ควรใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหาร
ไปให้แก้ว ช้อน งาน ควบคุมร่วมกับ



จัดเตรียมสิ่งของเครื่องใช้แยกบุคคล
ไปให้ใช้ปะปนกัน เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ
ช้อน และจัดหาอุปกรณ์ล้างมือด้วยน้ำและสบู่



ทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ
ในบ้าน ห้องครัว ห้องเรียน ภายในห้องอาหาร
ห้องน้ำ

ศูนย์กรอง

- ▶ หากเด็กป่วยให้หยุดพักอยู่บ้านจนกว่าจะหาย
- ▶ หากเด็กมีอาการไม่ดีขึ้น รีบพาไปพบแพทย์

ครู / พี่เลี้ยง

- ▶ ตรวจสอบสภาพเด็กและตรวจคัดกรองเด็กป่วย
ทุกเช้า ก่อนเข้าห้องเรียน
- ▶ เมื่อพบเด็กป่วยรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- ▶ ทำความสะอาดของเล่นและสิ่งแวดล้อมทุกวัน



โรคมือ-เท้า-ปาก Hand, Foot and Mouth disease



**รู้ทัน
โรคมือ
เท้า
ปาก**

หลีกเลี่ยง การคลุกคลีกับผู้ป่วย

ไม่สัมผัส สารคัดหลั่งน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วย

ล้างมือ ก่อนรับประทานอาหารและ
หลังเข้าห้องน้ำทุกครั้ง ด้วยน้ำและสบู่

พบแพทย์ หากมีอาการ ไข้สูง ซึม อาเจียน ไม่ยอม
รับประทานอาหารและดื่มน้ำ ให้รีบพบแพทย์ทันที



