

ไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19)

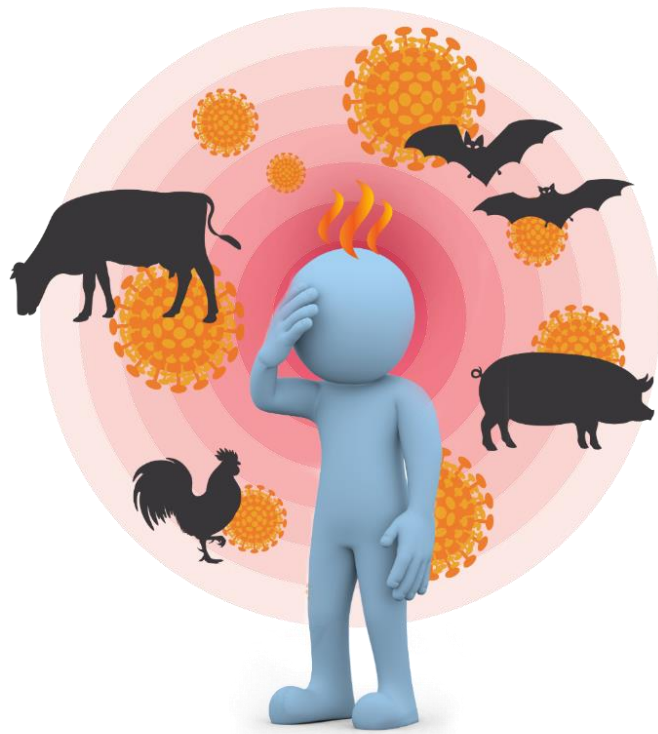
สิ่งที่คุณต้องรู้

เวอร์ชัน 3.0

คำสงวนสิทธิ์: อินโฟกราฟิกนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการศึกษาเท่านั้น เอกสารนี้ไม่สามารถใช้แทนคำแนะนำทางการแพทย์ได้ หากมีคำถามหรือข้อกังวลเกี่ยวกับเนื้อหาตามที่ระบุในเอกสารนี้ กรุณาปรึกษาผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์



ไวรัสโคโรนากลุ่มที่ก่อให้เกิดอาการทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง 2 (ซาร์ส-โควี-2) เป็นต้นเหตุของโควิด-19



- ซาร์ส-โควี-2 เป็นไวรัสชนิดใหม่
- เคสแรกที่พบในมนุษย์คือผู้ป่วยปอดบวมในอู่ฮั่น ประเทศจีน ในเดือนธันวาคมปี 2562
- มีการคาดกันว่าเริ่มต้นมาจากสัตว์ แต่ในตอนนี้เริ่มแพร่จากคนสู่คนแล้ว
- เนื่องจากเป็นไวรัสชนิดใหม่ เราจึงได้รับข้อมูลมากขึ้นเรื่อย ๆ และสิ่งที่เรารู้ในตอนนี้ อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้

นักท่องเที่ยวต่างนำเชื้อไวรัสไปยัง ประเทศอื่น ๆ

- ตอนนี้มีหลายประเทศที่ตรวจพบไวรัสใน
หมู่นักท่องเที่ยว
- ผู้คนบางกลุ่มติดเชื้อไวรัสจากการสัมผัส
ติดต่อกับนักท่องเที่ยวเหล่านี้
- เป็นไปได้ว่าโควิด-19 อาจมีการตรวจพบ
ในที่อื่น ๆ ได้อีก
- แม้ว่าจะยังมีข้อมูลเกี่ยวกับไวรัสตัวนี้อีก
มากที่เรายังไม่รู้ แต่เราก็ยังสามารถ
ป้องกันไวรัสและหยุดการแพร่ระบาดได้



ไวรัสนี้แพร่ระบาดได้อย่างไร



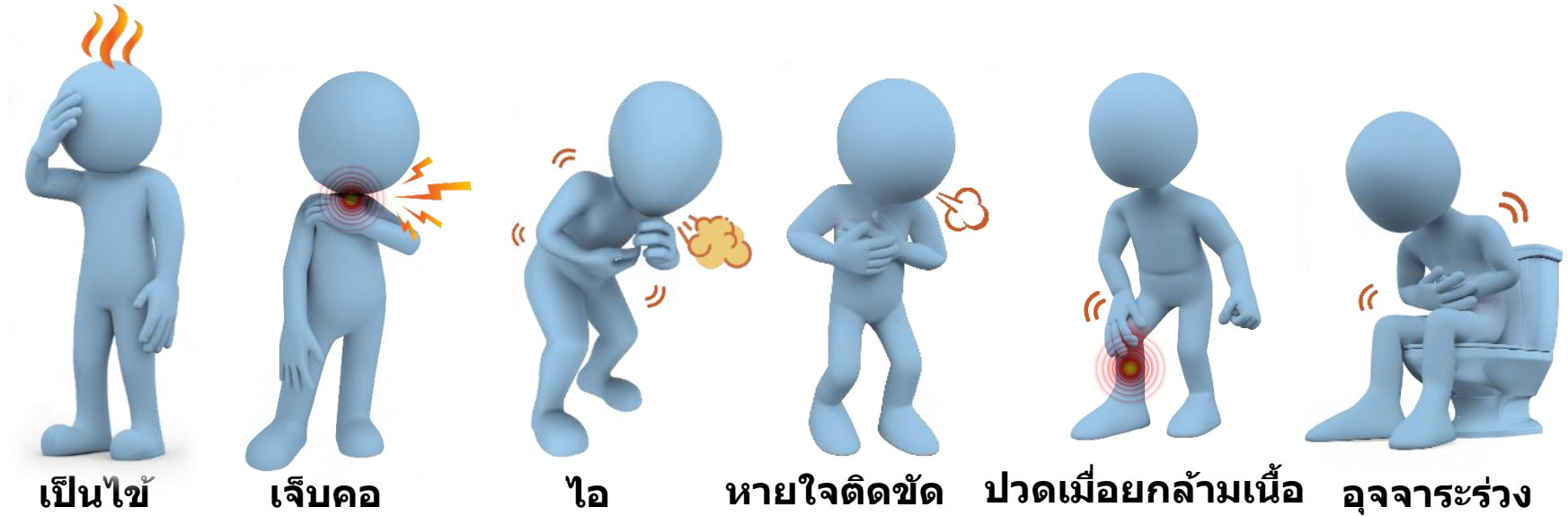
- คนส่วนใหญ่ติดเชื้อจากคนด้วยกัน
- มีความเป็นไปได้ว่ามันแพร่เชื้อด้วยวิธีเดียวกับไข้หวัดและไข้หวัดใหญ่ – คือผ่านละอองเสมหะที่ร่างกายสร้างขึ้นระหว่างที่พูด ไอ หรือจาม
- ผู้คนอาจติดเชื้อจากละอองเหล่านี้ได้ผ่านจมูก ตา หรือปาก
- การสัมผัสสิ่งต่าง ๆ ที่มีเชื้อปนเปื้อนจะทำให้มือคุณได้รับละอองเหล่านี้ หากคุณสัมผัสใบหน้าของตนเอง ละอองเหล่านี้อาจจะเข้าจมูก/ตา/ปาก ของคุณได้

วิธีการแพร่กระจายอื่น ๆ

- ในตอนแรกคาดการณ์ว่าไวรัสนี้แพร่จาก "แหล่งเก็บเชื้อ" ในสัตว์จากตลาดสดอยู่ผ่านมาสู่คน เป็นที่รู้กันว่าไวรัสโคโรนาสายพันธุ์อื่น ๆ นั้นแพร่กระจายจากสัตว์
 - โคโรนาไวรัสที่ก่อให้เกิดโรคทางเดินหายใจในตะวันออกกลาง (เมอร์ส-โควี) แพร่จากอูฐ
 - ในขณะที่โรคทางเดินหายใจเฉียบพลันร้ายแรง (ซาร์ส) นั้นแพร่มาจากชะมดขีด ในปีปัจจุบันไวรัสชนิดนี้ยุติการแพร่ระบาดแล้ว
- ไวรัสโคโรนาอื่น ๆ แพร่กระจายผ่านทางมูลสัตว์และโควิด-19 ก็อาจแพร่เชื้อด้วยวิธีนี้อีกด้วยเช่นกัน



อาการเริ่มต้นของมัลติคล้ายคลึงกับหลาย ๆ โรค



อาการเหล่านี้อาจเริ่มแสดงตั้งแต่วันแรกหลังติดเชื้อ แต่ก็อาจไม่แสดงอาการได้ถึง 14 วัน

ขณะที่บางคนก็ไม่มีอาการเลย และส่วนใหญ่ มักมีอาการไม่รุนแรง ทั้งนี้อาการก็อาจร้ายแรงและถึงตายได้เช่นกัน

การวินิจฉัยและการรักษา



เพราะอาการหลายอย่างนั้นใกล้เคียง
กับอาการป่วยอื่น ๆ ดังนั้นจึง
จำเป็นต้องมีการตรวจเพื่อวินิจฉัยโรค
(เก็บตัวอย่างจากลำคอ, ตรวจเลือด)

ตอนนี้ยังไม่มียารักษาเฉพาะทาง

อาการที่ไม่รุนแรงอาจรักษาได้ด้วยยา
ลดไข้หรือยาแก้ปวด

หากอาการรุนแรง ก็จำเป็นที่จะต้องเข้า
รักษาตัวในโรงพยาบาล



การป้องกันโควิด-19

ให้รักษาสุขภาพอนามัยให้ดี

- ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่
- ใช้เจลล้างมือแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ หากไม่มีสบู่และน้ำ
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า (ตา, จมูก และปาก)



หลีกเลี่ยงสถานที่เสี่ยง

- อยู่ให้ห่างจากผู้มีอาการป่วย – อย่าให้ผู้ป่วยไอหรือจามใส่คุณ
- อย่ารับประทานอาหารและเครื่องดื่ม หรือใช้อุปกรณ์ส่วนตัวร่วมกัน
- หลีกเลี่ยงกิจกรรมในบริเวณที่มีผู้คนหนาแน่น



วิธีอื่น ๆ ในการป้องกัน

- ไม่ไปตลาดสดหรือฟาร์มเลี้ยงสัตว์
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสโดยตรงกับสัตว์ (ทั้งที่มีชีวิตและตายแล้ว) หรือเข้าใกล้ที่อยู่อาศัยของมัน อย่าสัมผัสบริเวณที่อาจปนเปื้อนด้วยละอองเสมหะ
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับสัตว์ที่ไม่มีเจ้าของ เช่น แมว สุนัข หนู นก และค้างคาว
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าอาหารที่มาจากสัตว์ (เนื้อ, ไข่) ประงสุกดีได้ก่อนรับประทาน
- วัคซีนป้องกันโรคหวัดช่วยลดความเสี่ยงในการเป็นโรคหวัดตามฤดูกาล ซึ่งอาจก่อความสับสนกับอาการของ โควิด-19 ได้



ปัจจุบันยังไม่มีหลักฐานที่ชี้ว่าสัตว์เลี้ยง

การคัดกรองและการติดตามการสัมผัสโรค เป็นสิ่งสำคัญในการหยุดการแพร่ระบาดของไวรัส

- อาจมี "การคัดกรอง" ในตอนต้น เพื่อตรวจหาผู้ป่วย คุณอาจถูกถามว่าเคยไปที่ไหนมาบ้าง และอาจถูกวัดไข้
- เจ้าหน้าที่ทางการแพทย์อาจ "ติดตามการสัมผัสโรค" ซึ่งเป็นการสืบหาตัวผู้ที่เคยติดต่อสัมผัสกับผู้ติดเชื้อโควิด-19
- ผู้ 'สัมผัส' เหล่านี้อาจถูกขอ
 - ให้อยู่บ้านเป็นเวลา 14 วัน เพื่อให้ไม่ไปแพร่เชื้อให้คนอื่น
 - เพื่อคอยสังเกตอาการตัวเองเป็นเวลา 14 วัน
- ทำตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ทางการแพทย์



หากคุณป่วย ควรทำอย่างไร



- ห้ามเดินทาง
- ใช้ทิชชูหรือหน้ากากหากหาได้ ปิดปากเวลาไอ จาม แล้วล้างมือด้วยสบู่และน้ำ
- ไปพบแพทย์ - แจ้งกับแพทย์ว่าเคยไปที่ไหน มาบ้างและแจ้งว่าคุณเคยติดต่อสัมผัสกับใครที่ป่วยหรือไม่
- ถ้าคุณไม่จำเป็นต้องไปโรงพยาบาล - ให้อยู่บ้านให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ไม่ต้องไปทำงาน ลดการพบปะกับผู้อื่นให้น้อยที่สุดจนกว่าจะหายดี

ข้อมูลเพิ่มเติมเรื่องโควิด-19



ติดตามข่าวและข้อมูล

<https://pandemic.internationalsos.com/2019-ncov>



**TRANSLATORS
WITHOUT BORDERS**

H₂H

Catalysts for Change



มีคำถามหรือไม่

คำสงวนสิทธิ์: อินโฟกราฟิกนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการศึกษาเท่านั้น เอกสารนี้ไม่สามารถใช้แทนคำแนะนำทางการแพทย์ได้ หากมีคำถามหรือข้อกังวลเกี่ยวกับเนื้อหาตามที่ระบุในเอกสารนี้ กรุณาปรึกษาผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์