

**คู่มือเตรียมความพร้อม
เมื่อกลับมาถึงบ้าน**

เมื่อถึงบ้านก่อนจะต้อนรับ
แขกผู้มาเยือน

1. ทักทายและแนะนำตัว
กับแขกผู้มาเยือน
2. เตรียมเครื่องดื่ม
สำหรับแขก
3. เตรียมอาหารว่าง
สำหรับแขก
4. เตรียมห้องน้ำ
สำหรับแขก
5. เตรียมที่นอน
สำหรับแขก
6. เตรียมเสื้อผ้า
สำหรับแขก
7. เตรียมของใช้
ส่วนตัว
8. เตรียมของใช้
ส่วนตัว
9. เตรียมของใช้
ส่วนตัว
10. เตรียมของใช้
ส่วนตัว





COVID-19 รู้ทันป้องกันได้

การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19



ไขข้อข้องใจ?

ขณะนี้ยังไม่มียาหรือวัคซีน
ยืนยันว่า COVID-19
ติดต่อผ่านทางน้ำนม

ทั้งนี้ การให้นมจากเต้าหรือการบีบเก็บน้ำนม
ขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของแม่และครอบครัว
โดยพิจารณาถึงความเสี่ยง
และประโยชน์ที่ได้รับ

ข้อปฏิบัติ

ในการให้นมหรือการบีบเก็บน้ำนมของแม่

- 

1 อบน้ำหรือเช็ดทำความสะอาด
บริเวณเต้านมและหัวนมด้วยน้ำและสบู่
- 

2 ล้างมือด้วยน้ำและสบู่อย่างน้อย 20 วินาที
- 

3 ใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา
ทั้งก่อน ระหว่าง หลังการให้นมหรือการบีบเก็บน้ำนม
- 

4 หลังการใช้เครื่องปั๊มนม ต้องทำความสะอาดอุปกรณ์
จากนั้นล้างหรือต้มเพื่อฆ่าเชื้อโรค
และเก็บอุปกรณ์ในบรรจุภัณฑ์ที่สะอาด

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

สำนักงานส่งเสริมสุขภาพดี

จัดทำโดย : สำนักส่งเสริมสุขภาพ

สถานกึ่งอวอร์ด
รับความรู้เรื่อง COVID-19

เผยแพร่ : 8 เมษายน 2563



พลาสมา กับการรักษา โควิด-19



การใช้พลาสมาหรือน้ำเหลืองของผู้ที่หายจากโรคมาใช้ในการรักษาผู้ป่วยที่มีอาการจากการติดเชื้อโควิด-19 เป็นการรักษาที่เก๋ไก๋มาแล้ว ในการระบาดของโรคติดต่อใหม่ เช่น ซาร์ส เมอร์ส อีโบล่า จึงได้มีการนำเอาวิธีการนี้มาใช้สำหรับการรักษาโรคโควิด-19 วิธีหนึ่ง เพราะผู้ป่วยที่หายแล้วจะมีภูมิต้านทานโรคเปรียบเสมือนวัคซีนจำเพาะต่อโควิด-19

ขณะนี้ทางศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย มีโครงการที่รับบริจาคพลาสมาจากผู้หายจากโรคโควิด-19 โดยพลาสมาที่ได้รับบริจาคจะถูกเก็บไว้ใช้รักษาโรคโควิด-19 โดยผู้ที่ต้องการบริจาคต้องเข้าคุณสมบัติดังนี้

เป็นผู้ที่ได้ออกจากโรงพยาบาล
และไม่พบเชื้อในร่างกายอย่างน้อย 14 วัน
(ตรวจไม่พบเชื้อโควิด-19 ที่ปัสสาวะคอตและในเลือด)

มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง

มีอายุระหว่าง 17-60 ปี

มีน้ำหนักมากกว่า 50 กิโลกรัม

ผู้ที่หายจากโรคแล้วสามารถนำพลาสมาเพื่อเป็นโอกาสในการรักษาผู้ติดเชื้อโรคโควิด-19 โดยติดต่อได้ที่ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย

สงวนลิขสิทธิ์ 13 มกราคม 2563

ที่มา : ก. น.ม.น. กุศลธรรม

โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย
www.chulalongkornhospital.go.th

 @chulalongkornhospital

 @chulalongkornhospital

 chulalongkornhospital

 ChulalongkornHospital

 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

 02-256-4000 ต่อ 9