

ขั้นตอนการรับมือกับไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่

เรียน ผู้อยู่อาศัยทุกท่าน

ตั้งแต่เริ่มเปิดภาคเรียนใหม่ในเดือนกันยายนนี้

ทางโรงเรียนเกรงว่าจะมีการแพร่ระบาดของไข้หวัดมากขึ้น

จึงใคร่ขอความร่วมมือจากทุกท่านในการป้องกันการแพร่ระบาดของไข้หวัดดังกล่าว

● ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่

สามารถขอรับการตรวจรักษาได้ที่สถานการแพทย์ทั่วไปทุกแห่งในเมือง Daito City

เพื่อป้องกันการแพร่ระบาด ขอควรระวังในการขอรับการตรวจรักษามีดังต่อไปนี้

[บุคคลทั่วไป]

กรณีที่ต้องการรับการรักษาให้โทรแจ้งล่วงหน้าไปยังสถานพยาบาล

เมื่อได้รับคำชี้แนะเกี่ยวกับเวลาและวิธีการรับการตรวจรักษาแล้ว

ให้สวมหน้ากากอนามัยไปเข้ารับการตรวจ (กรณีเด็กเล็ก อาจไม่จำเป็นต้องโทรแจ้งล่วงหน้า
ควรติดต่อสอบถามจากแพทย์ที่ไปรักษาเป็นประจำไว้ล่วงหน้า)

[บุคคลที่มีโรคประจำตัวที่ทำให้ภูมิคุ้มกันโรคต่ำ เช่น โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง โรคหัวใจเรื้อรัง
โรคทางเมตาบอลิก ภาวะไตบกพร่อง และ ขาดภูมิคุ้มกัน]

ควรโทรแจ้งสถานพยาบาลใกล้บ้าน หรือ แพทย์ที่ไปหาประจำ ไว้ล่วงหน้า
ตรวจสอบวิธีการเข้ารับการตรวจให้เรียบร้อยก่อนไปรับการรักษา

[บุคคลที่มีครรภ์]

ติดต่อสูตินรีแพทย์ที่ไปรับการตรวจอยู่ และขอให้แนะนำสถานพยาบาลที่จะไปรับการตรวจ
บางกรณีสูตินรีแพทย์อาจเป็นผู้ให้ข้อมูลเพื่อการรักษาโดยตรง

● พยายามช่วยกันป้องกันการติดเชื้อและการแพร่ระบาด

○ การป้องกันด้วยตนเอง

- กลับมาจากข้างนอกควรล้างมือให้สะอาด
- พยายามให้อากาศภายในห้องถ่ายเท ไม่อับชื้น
- ดูแลสุขภาพสม่ำเสมอ พักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์และดื่มน้ำให้เพียงพออย่างเหมาะสม

○ ป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่ระบาดด้วยการรักษามารยาทการไอ

- หากมีอาการไอ หรือ จามให้สวมหน้ากากอนามัย
- ขณะไอหรือจาม ควรเอาทิชชูป้องปากและจมูก
- ขณะไอหรือจาม ควรหันหน้าไปทางอื่น ไม่ให้ถูกคนรอบข้าง