



ใช้ชีวิตใหญ่

ทุกนางพันธุ์

ป้องกันได้ด้วยมาตรการ

- ปิด
- ล้าง
- เลี่ยง
- หยุด



ปิด

ปิดปาก ปิดจมูก
เวลา ไอ จาม



ล้าง

ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่
หรือแอลกอฮอล์เจล

เลี่ยง

เลี่ยงคลุกคลีผู้ที่มีอาการ
คล้ายไข้หวัดใหญ่
เลี่ยงเข้าไปในที่แออัด
อากาศไม่ถ่ายเท

หยุด

ผู้ที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่
หยุดงาน หยุดเรียน
หยุดเข้าไปในกิจกรรมชุมนุม

