|  |
| --- |
| ກົດລະບຽບການກວດກາປ້ອງກັນພະຍາດໃນວັນພັກປີໃໝ່ |

|  |
| --- |
| ① ກ່ອນອອກເດີນທາງ  ○ ①ຖ້າທ່ານມີອາການທີ່**ໜ້າສົງໄສຂອງ COVID-19 (ເປັນໄຂ້, ໄອ, ເຈັບຄໍ, ປວດຄີງໄຂ້ ແລະ ອື່ນໆ), ກະລຸນາປຶກສາແພດ ແລະ ຍົກເລີກ ຫຼື ເລື່ອນການເດີນທາງອອກໄປ** ② **ຮັບວັກ**  **ຊີນ**ຕາມຄຳແນະນຳການສັກວັກຊີນ ③ ຫຼຸດຜ່ອນການນຳໃຊ້ ຂອງ**​ສະ​ຖານ​ທີ່​ສາ​ທາ​ລະ​ນະ ​ແລະ 3C ຕາມສະ​ພາບ (ສະ​ຖານ​ທີ່​ທີ່ປິດ​ລ້ອມ​, ແອ​ອັດ​, ໃກ້​ຊິດ​)**  ② ໃນເວລາທີ່ການເດີນທາງ  ○ ① ໃຊ້**ລົດສ່ວນຕົວ**ໃຫ້ຫຼາຍເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້  ② **ໃສ່ໜ້າກາກໃນເວລາເດີນທາງໃນທີ່ສາທາລະ ນະ ແລະ ຈຳກັດອາຫານ**\*  ③ ຫຼຸດຜ່ອນການໃຊ້ບ່ອນຈອດລົດໃຫ້ໜ້ອຍທີ່ສຸດ  ④ **ຫຼຸດຜ່ອນ ການໃຊ້ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກ 3C**  \* ຖ້າຫຼີກລ່ຽງບໍ່ໄດ້, ໃຫ້ກິນອາຫານແລະດື່ມໄວໄວ ແລະ ພະຍາຍາມບໍ່ເວົ້າໃນຂະນະທີ່ກິນອາຫານ  ③ ເມື່ອໄປຢ້າມຢາມ  ○ ① **ຫຼຸດຜ່ອນການພັກເຊົາ**ໃຫ້ໜ້ອຍທີ່ສຸດເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້  ② **ໃສ່ຜ້າອັດດັງ**ໃນເວລາໄປຢາມ ຜູ້ສູງອາຍຸ  ③ ຮັກສາ**ຄວາມໂດດດ່ຽວສ່ວນຕົວ**ດ້ວຍການລ້າງມືແລະລະບາຍອາກາດໃນຫ້ອງ\*  ④ ຫຼຸດຜ່ອນການໃຊ້**ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກສາທາລະນະ ແລະ ສະຖານທີ່ 3C (ສະຖານ**  **ທີ່ຈຳກັດ, ຝູງຊົນ, ການຕິດຕໍ່ໃກ້ຊິດ)**  \* ລະບາຍອາກາດຫຼາຍກວ່າ 3 ເທື່ອຕໍ່ມື້ (ຫຼາຍກວ່າ 10 ນາທີໃນແຕ່ລະຄັ້ງ). ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ເປີດປະຕູແລະປ່ອງຢ້ຽມໃນເວລາດຽວກັນເພື່ອລະບາຍອາກາດ / (ການລະບາຍອາກາດໃຫ້ຖີ່  ຂື້ນຖ້າຫາກມີຄົນຫຼາຍຂື້ນ, ປ່ອງຢ້ຽມຂະຫນາດນ້ອຍກວ່າແລະລົມຫນ້ອຍລົງ)  ④ ເມື່ອກັບບ້ານ  ○ຫຼຸດຜ່ອນການນຳໃຊ້ສິ່ງອໍານວຍຄວາມສະດວກສາທາລະນະ ແລະ ໂອກາດ 3C (ສະຖານທີ່ຈຳກັດ, ຝູງຊົນ, ຄວາມ ໃກ້ຊິດ) ພາຍໃນໄລຍະເວລາໃດໜຶ່ງ  - ຖ້າເຈົ້າມີອາການທີ່ໜ້າສົງໄສຂອງ COVID-19 (ເປັນໄຂ້, ໄອ, ເຈັບຄໍ, ປວດຕົນໂຕ ແລະ ອື່ນໆ), ກະລຸນາປຶກສາທ່ານໝໍ\* ແລະ ຖ້າທ່ານຢູ່ໃນກຸ່ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ, ກະລຸນາກິນຢາຕາມໃບສັ່ງແພດຂອງທ່ານ  \* ຄົ້ນຫາ 'ສະຖາບັນການແພດທີ່ຢຸດດຽວ' ໃນ COVID-19 (ncov.kdca.go.kr), ການບໍລິການກວດກາ ແລະປະເມີນປະກັນສຸຂະພາບ (www.hira.or.kr) ແລະເຄື່ອງມືຄົ້ນຫາ (Naver, Kakao)  - ຖ້າທ່ານມີອາການ, ເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຈະກວດຫາເຊື້ອ COVID -19 ໃນທາງເປັນຜົນລົບ, ຫຼຸດຜ່ອນການຕິດຕໍ່ກັບຜູ້  ອື່ນໃຫ້ໜ້ອຍທີ່ສຸດ ແລະປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳການໂດດດ່ຽວສ່ວນຕົວຢ່າງຄົບຖ້ວນ. |