

รับมือ โรค CHOLERA อหิวาตกโรค

7

การป้องกันอหิวาตกโรค

วิธี



กินอาหาร

ปรุงสุก ร้อน สะอาด
อาหารค้างมื้อต้อง
อุ่นร้อนให้ทั่วถึง



ดื่มน้ำสะอาด

น้ำต้มสุก หรือน้ำ
ที่ได้มาตรฐาน อย.



ไม่กินอาหารดิบ

หรือ สุก ๆ ดิบ ๆ โดย
เฉพาะอาหารทะเล



เก็บอาหาร

ในภาชนะที่มีการปิด
ป้องกันแมลงและพาหะนำโรค



ถ่ายอุจจาระ

ในห้องส้วม
ที่ถูกสุขลักษณะ



ถังขยะควรมีฝาปิด

กำจัดขยะอย่างถูกวิธี



ล้างมือด้วยสบู่

และน้ำให้สะอาดทุกครั้ง
ก่อนกินอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำ
หรือสัมผัสสิ่งสกปรก

การดูแลผู้ป่วย

- ให้ดื่มสารละลายเกลือแร่ (ORS)
เพื่อป้องกันการขาดน้ำและเกลือแร่
*** หากมีอาการรุนแรงมากขึ้น***
เช่น ถ่ายเป็นน้ำปริมาณมากติดต่อกัน
หลายครั้ง กระหายน้ำรุนแรง
หรืออาเจียนติดต่อกันหลายครั้ง
ให้เข้ารับการรักษาที่สถานพยาบาล

- ถ่ายอุจจาระในส่วนที่ถูกสุขลักษณะ
และล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ
หลังจับถ่ายทุกครั้ง

“
ผู้ดูแลผู้ป่วยหมั่นรักษาความสะอาด
ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้ป่วย
เช่น เสื้อผ้า ภาชนะหนุ และเครื่องนอน
”

