

# วิธีการป้องกันการแพร่เชื้อไวรัสโคโรนา เชื้อหวัด เชื้อไข้หวัดใหญ่ และเชื้อโรคอื่นๆ

## เคล็ดลับที่ 1

รักษามือสะอาดอยู่เสมอ โดยล้างด้วยสบู่และน้ำอย่างน้อย 20 วินาที หรือใช้เจลล้างมือที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์

## เคล็ดลับที่ 2

อย่าสัมผัสหน้าจนกว่าจะล้างมือแล้ว

## เคล็ดลับที่ 3

หากต้องการไอหรือจาม ให้ใช้ทิชชู และทิ้งไปทันที หากไม่มีทิชชู ให้ไอหรือจามโดยใช้ข้อศอกปิดปากหรือจมูก

## เคล็ดลับที่ 4

เข้ารับการฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันการติดเชื้อไข้หวัดใหญ่

## เคล็ดลับที่ 5

ฆ่าเชื้อสิ่งของหรือพื้นผิวที่คุณใช้หรือสัมผัสบ่อยๆ โดยเฉพาะโทรศัพท์มือถือ

Rewritten with permission and translated into Thai by [TranslationServices.com](https://www.TranslationServices.com)

Based on a guide from the Ali Forney Center