



กรมควบคุมโรค

Department of Disease Control

รับมือ COVID-19 ด้วยมาตรการ D-M-H-T-T

ของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข



D - Distancing

เว้นระยะห่างกับคนอื่นอย่างน้อย 1-2 เมตร เพราะละอองฝอยจากการพูด ไอ จาม จะฟุ้งมากในระยะ 1-2 เมตร



M - Mask Wearing

สวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย
เพื่อลดการฟุ้งกระจายของละอองฝอย





H - Hand Washing

ควรล้างมือบ่อยๆ ทั้งน้ำสบู่ และเจล
แอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อ เพราะมีโอกาที่เรา
จะนำมามาสัมผัสใบหน้าโดยไม่รู้ตัวได้

T - Testing

ตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายสม่ำเสมอ
ทั้งก่อนเข้าทำงาน ร้านสะดวกซื้อ และ
หากทราบว่า มีประวัติไปพื้นที่เสี่ยง
ควรเข้ารับการตรวจโควิด-19





T - Thai Cha na

การสแกนแอปไทยชนะทุกครั้งที่ได้เดินทางไปสถานที่ต่างๆ หากมี SMS แจ้งเตือนว่ามีประวัติไปที่เสี่ยงมา จะได้กักตัว หรือตรวจโรคโควิด-19 ได้อย่างรวดเร็ว