

คำแนะนำในการควบคุมการติดเชื้อสำหรับบุคคลภายใต้การกักกันตัวที่บ้านตามข้อบังคับ

- a. อยู่ในสถานที่กักกันตลอดระยะเวลาของการกักกันตัว
- b. งดการสัมผัสอย่างใกล้ชิดกับสมาชิกในครัวเรือนคนอื่น ๆ
- c. หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของส่วนตัว และอาหารร่วมกับสมาชิกในครัวเรือนคนอื่น ๆ
- d. หากอาศัยอยู่กับคนอื่น ๆ ทั้งผู้ถูกกักกัน และสมาชิกในครัวเรือนควรสวมใส่หน้ากากผ่าตัดในช่วงระยะเวลาของการกักกันตัว
- e. ไม่ควรมีผู้ใดไปเข้าไปในสถานที่กักกัน (เช่น เพื่อน หรือญาติ พี่น้องผู้ที่ไม่ได้อาศัยอยู่ด้วยกัน) เพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อของพวกเขา
- f. ล้างมือให้สะอาดเป็นประจำ และควบคุมมารยาทในการไอ
- g. อยู่ภายในห้องเดี่ยวที่มีอากาศถ่ายเทได้ดีมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ สมาชิกในครัวเรือนควรอยู่ภายในห้องที่แยกต่างหาก
- h. ตรวจสอบให้แน่ใจว่าพื้นที่ใช้สอยร่วมกันมีอากาศถ่ายเทได้ดีด้วยการเปิดหน้าต่างไว้อยู่เสมอ
- i. ทำความสะอาด และฆ่าเชื้อบริเวณรอบ ๆ บ้านด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ในครัวเรือนชนิดเจือจางด้วยอัตราส่วน 1 ต่อ 99 ทุกวัน (ผสมกับสารฟอกขาวที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรต์ 5.25% ในปริมาณ 10 มล. กับน้ำ 990 มล.) ปล่อยให้แห้ง 15-30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำ สำหรับพื้นผิวโลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- j. หากสถานที่ที่มีการปนเปื้อนจากสารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ อาเจียน หรือของเสียจากร่างกาย ให้ใช้ผ้าขนหนูแบบใช้แล้วทิ้งที่สามารถดูดซับได้เพื่อทำความสะอาดสิ่งที่มองเห็นได้ จากนั้นฆ่าเชื้อพื้นผิวและบริเวณใกล้เคียงด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ สำหรับพื้นผิวที่ไม่ใช่โลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ในครัวเรือนชนิดเจือจางด้วยอัตราส่วน 1 ต่อ 49 (ผสมกับสารฟอกขาวที่ใช้ในครัวเรือนขนาด 10 มล. ที่มีส่วนผสมของสารละลายไฮโปคลอไรต์ 5.25% กับน้ำ 490 มล.) ปล่อยให้แห้ง 15 - 30 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำ สำหรับพื้นผิวโลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%

k. กำหนดห้องน้ำเพื่อให้คุณใช้งานคนเดียวเท่านั้นให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ หากไม่สามารถทำได้ จำเป็นจะต้องทำความสะอาด และฆ่าเชื้อห้องน้ำหลังจากการใช้งานแต่ละครั้ง ทำความสะอาด และฆ่าเชื้อชั้นน้ำในห้องน้ำด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ในครัวเรือนด้วยอัตราส่วน 1 ต่อ 49 หลังการขับถ่าย ทำความสะอาด และฆ่าเชื้ออ่างล้างหน้าด้วยสารฟอกขาวที่ใช้ในครัวเรือนด้วยอัตราส่วน 1 ต่อ 49 หากปนเปื้อนเสมหะ หรือน้ำลาย เช่น หลังจากล้างปาก หรือแปรงฟัน

l. การใช้ห้องน้ำอย่างเหมาะสม

(i) กำหนดห้องน้ำเพื่อให้คุณใช้งานคนเดียวเท่านั้นให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

(ii) ปิดฝาชักโครกก่อนที่จะกดน้ำเพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

(iii) ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่เหลว และน้ำทุกครั้งหลังใช้ห้องน้ำ

m. บำรุงรักษาท่อระบายน้ำอย่างเหมาะสม และสม่ำเสมอ (ประมาณสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง) เทน้ำประมาณครึ่งลิตรลงในช่องระบายน้ำแต่ละช่อง (ท่อบรูปตัว U) เพื่อให้มั่นใจว่ามีสุขอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี ปิดคลุมช่องระบายน้ำทิ้งที่อยู่บนพื้นทุกแห่งเมื่อไม่ได้ใช้งาน

n. ในกรณีที่ไม่มีสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนช่วยกำจัดขยะ ให้ห่อขยะของคุณให้ถูกต้องเพื่อให้เจ้าหน้าที่ของรัฐบาลไปรับขยะจากหน้าประตู

o. หากคุณมีอาการไอ และอาการระบบทางเดินหายใจเฉียบพลัน หรือรู้สึกไม่สบาย โปรดสวมใส่หน้ากากของคุณให้ถูกต้อง โทรไปยังสายด่วน DH ทันทีเพื่อขอคำแนะนำ และเตรียมตัวไปยังโรงพยาบาลของรัฐเพื่อการจัดการขั้นต่อไป

p. หากสมาชิกในครัวเรือนมีอาการไอ หรือมีอาการทางระบบหายใจ บุคคลนั้นควรสวมใส่หน้ากากผ่าตัด และเข้าพบแพทย์ทันที