



เกี่ยวกับไวรัสโคโรนา-19 ตัวใหม่ และโรคจากไวรัสโคโรนา-19

ตั้งแต่เดือนธันวาคม 2019

ไวรัสโคโรนาตัวใหม่นี้ได้แพร่เชื้อกระจายไปทั่วโลก
โรคที่เกิดจากไวรัสตัวนี้ได้ชื่อว่า โควิด-19

คนส่วนใหญ่มีอาการป่วยเพียงเล็กน้อย

คนส่วนใหญ่มีอาการป่วยเพียงเล็กน้อยด้วยอาการไอและมี
ไข้ซึ่งหายไปได้เอง
แต่บางคนจะมีอาการรุนแรงด้วยอาการหายใจลำบาก
และการอักเสบของปอด

ไวรัสนี้จะติดต่อกันได้ทางการสัมผัสใกล้ชิดกับคนที่ป่วย
หรือเมื่อคนที่ป่วยไอหรือจาม
จึงเป็นการติดเชื้อจากละอองเสมหะ

อาการโดยทั่วไปจะมีเพียงเล็กน้อย

โดยมากมักมีอาการราวห้าวันหลังจากเกิดการติดเชื้อ
แต่อาการเหล่านี้ยังสามารถมาก่อนหรือหลังห้าวันก็ได้

โควิด-19

ทำให้มีอาการทั่วไปอย่างน้อยหนึ่งหรือมากกว่านั้นใน
อาการดังต่อไปนี้:

- ไอ
- มีไข้
- มีปัญหาในการหายใจ
- มีน้ำมูก
- เจ็บคอ
- ปวดศีรษะ
- ปวดกล้ามเนื้อและปวดตามข้อ
- คลื่นไส้

ผู้สูงอายุอาจมีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรง

บางคนมีอาการที่รุนแรงกว่า เช่นหายใจ
ลำบากและปอดอักเสบ

ส่วนใหญ่ของผู้ที่มีอาการรุนแรงมากกว่า คือผู้สูงอายุ
ที่มีอายุมากกว่า 80 ปีขึ้นไป แม้แต่คน
ที่มีโรคหัวใจและโรคปอดเรื้อรัง หรือคนที่เป็นโรคมะเร็ง

คำแนะนำง่าย ๆ 7 ประการเพื่อป้องกันตัวเองและผู้อื่น:

1. ให้อยู่บ้าน ถ้าท่านป่วยหรือมีอาการเพียงเล็กน้อย
เช่น เจ็บคอ, ไอ หรือน้ำมูกไหล ให้พักอยู่กับบ้าน
อย่างน้อย 48 ชั่วโมง หลังจากท่านหายดีแล้ว
2. ให้ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำอุ่น อย่างน้อย 20
วินาที
3. ให้ใช้แอลกอฮอล์ล้างมือ ถ้าโอกาสในการล้าง
มือไม่อำนวย
4. หลีกเลี่ยงการสัมผัสและใกล้ชิดกับคนป่วย
5. หลีกเลี่ยงการจับต้องตา, จมูก หรือปาก
6. ให้ไอและจามในข้อพับแขน หรือในกระดาษ
เช็ดหน้า
7. ไม่ไปเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุถ้าท่านป่วยหรือมีอาการ
ของโรค

หมายเลขโทรศัพท์ต่างๆ ที่สำคัญ

- โทร.113 13 สำหรับคำถามทั่วไปเกี่ยวกับ covid-19
- ถ้าท่านไม่สามารถดูแลตัวเองที่บ้านได้ ให้โทร
ไปที่หมายเลข 1177 เพื่อขอคำแนะนำ
(เป็นภาษาสวีเดน และภาษาอังกฤษ)
- ในภาวะฉุกเฉิน ชีวิตถูกคุกคาม ให้โทร 112

ข้อมูลข่าวสารที่ทันสถานการณ์
และคำตอบคำถามที่พบบ่อยๆ ให้อดูที่
[www.folkhalsomyndigheten.se/
covid-19](http://www.folkhalsomyndigheten.se/covid-19)

