



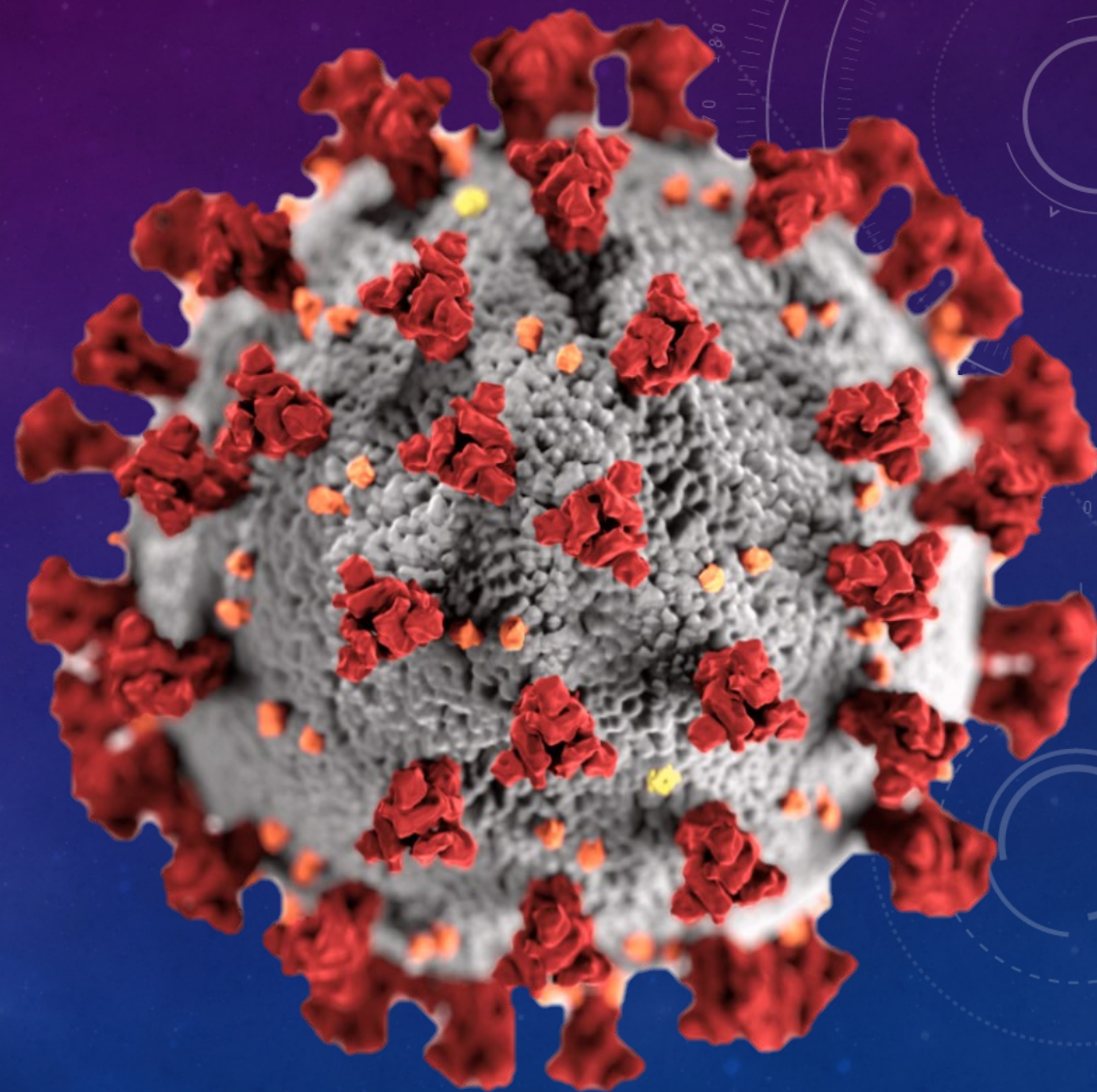
สูบบุหรี่ / บุหรี่ไฟฟ้า เสี่ยงติดโควิด-19

เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

และ สสส.



คืออะไร



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

Covid-19 For Kids



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนและ สสส.

โควิด-19 (Covid - 19) คือ โรคติดต่อทางระบบหายใจ
ที่เกิดจากเชื้อไวรัสชื่อว่า โคโรนา ทำให้เกิดอาการปอดอักเสบ
อย่างรุนแรงจนเสียชีวิตได้
องค์การอนามัยโลก (WHO) จึงตั้งชื่อว่า โควิด-19
พบการระบาดครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน
เมื่อเดือนธันวาคม ปี 2019
หลังจากนั้นได้มีการระบาดไปทั่วโลก
ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและเศรษฐกิจแก่หลายประเทศ



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

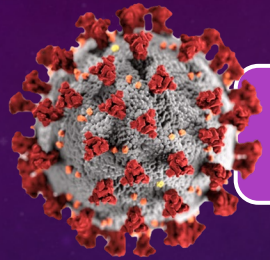
รู้เท่าทันเชื้อโควิดกลายพันธุ์

ยิ่งกลายพันธุ์ ยิ่งแพร่เชื้อง่าย



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

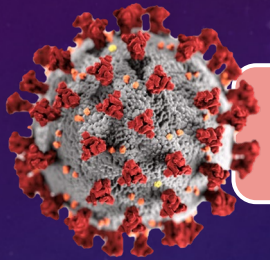
เชื้อโควิด – 19 สายพันธุ์ต่าง ๆ



เริ่มแรก

ผู้ติดเชื้อ 1 คน

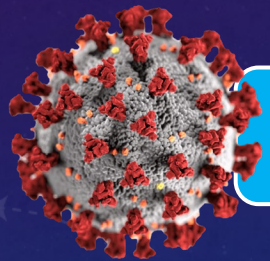
1 - 2 คน



อัลฟา

ผู้ติดเชื้อ 1 คน

4 - 5 คน



เดลต้า

ผู้ติดเชื้อ 1 คน

5 - 8 คน

อาการ

คล้ายหวัดธรรมดา
(ปวดหัว มีน้ำมูก เจ็บคอ)



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดภัย
มูลนิธิณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

พลาซ่า - โควิด-19 สำหรับโรงเรียน



พลาซ่า - โควิด-19 สำหรับโรงเรียน

18.00 - 20.00 น.

พลาซ่า - โควิด-19 สำหรับโรงเรียน

พลาซ่า - โควิด-19 สำหรับโรงเรียน

พลาซ่า



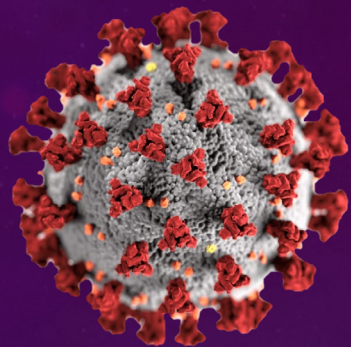
เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

WHO ยืนยัน !!

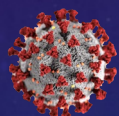
เชื้อโควิด - 19 สามารถแพร่กระจายในอากาศ
ผ่านการไอหรือจามของผู้ติดเชื้อโควิด - 19 ได้
โดยเฉพาะอย่างยิ่งในบริเวณที่ไม่มีอากาศถ่ายเท
มีโอกาสดูแลเชื้อจะแพร่กระจายได้ไกลขึ้น
และสามารถติดเชื้อจากการสัมผัสกับพื้นผิวที่มีเชื้อติดอยู่



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.



การสูบบุหรี่ กับโรคโควิด-19 มีความสัมพันธ์กันหรือไม่ อย่างไร



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

รู้ไหม? คอัมบูทร ป้องกันเสี่ยงแพร่โควิด

ผู้สูบบุหรี่ที่ติดเชื้โควิด - 19

จะมีอาการที่รุนแรง เพิ่มขึ้น 1.55 เท่า

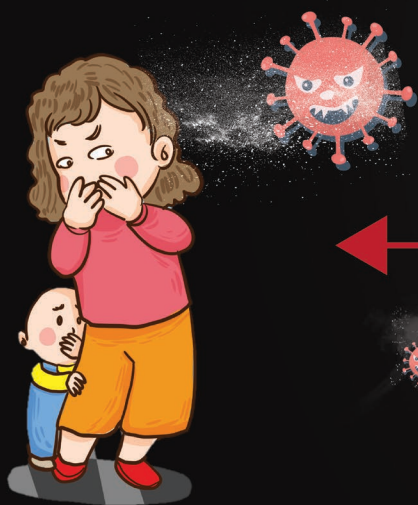
และเสี่ยงต่อการเสียชีวิต เพิ่ม 1.58 เท่า



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

ผู้ป่วยโควิด-19 ที่ไอหรือจามขณะสูบบุหรี่ ควันบุหรี่สามารถแพร่กระจายเชื้อได้ไกล 6 - 8 เมตร

ในที่อากาศไม่ถ่ายเท



#เลิกสูบ คุณทำได้



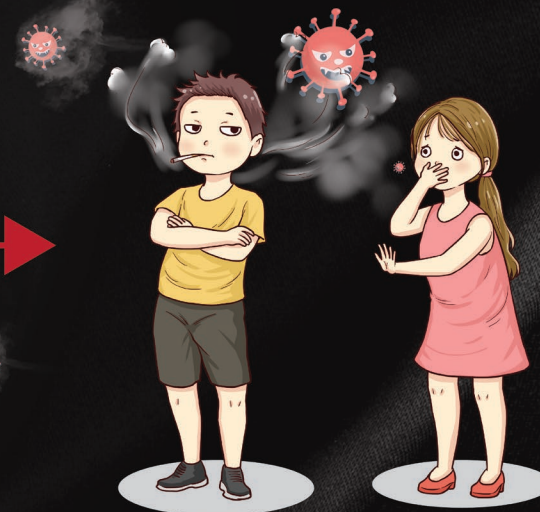
เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ (มสบ.)



สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การสร้างเสริมสุขภาพ



เลิกบุหรี่ โทร.1600



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

การดูแลป้องกันตัวเองให้ห่างไกลจากการติดเชื้อโควิด 19



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

3 ล. ลด เลี่ยง ดูแล ป้องกันโควิด - 19

ลด



- ลด ความเสี่ยงจากการสัมผัส ด้วยการล้างมือด้วยน้ำ และสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ให้บ่อยขึ้น โดยเฉพาะ: เมื่ออยู่ ในพื้นที่สาธารณะ และก่อนรับประทานอาหาร



- ลด การแพร่เชื้อ เมื่อไม่สบาย ไอ จาม ให้สวมหน้ากากอนามัย

เลี่ยง



- เลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่ที่มีการระบาดของโรค



- เลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่มีคนหนาแน่น



- เลี่ยงการใช้มือสัมผัสหน้า

ดูแล



- ดูแล สุขภาพตนเอง รักษาสุขภาพ ด้วยการกินร้อน ใช้ช้อนกลาง ล้างมือ ออกกำลังกาย และพักผ่อน ให้เพียงพอ



- ดูแล รับผิดชอบต่อสังคม ในกรณีที่เดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยง ต้องแยก และสังเกตอาการ ไม่น้อยกว่า 14 วัน

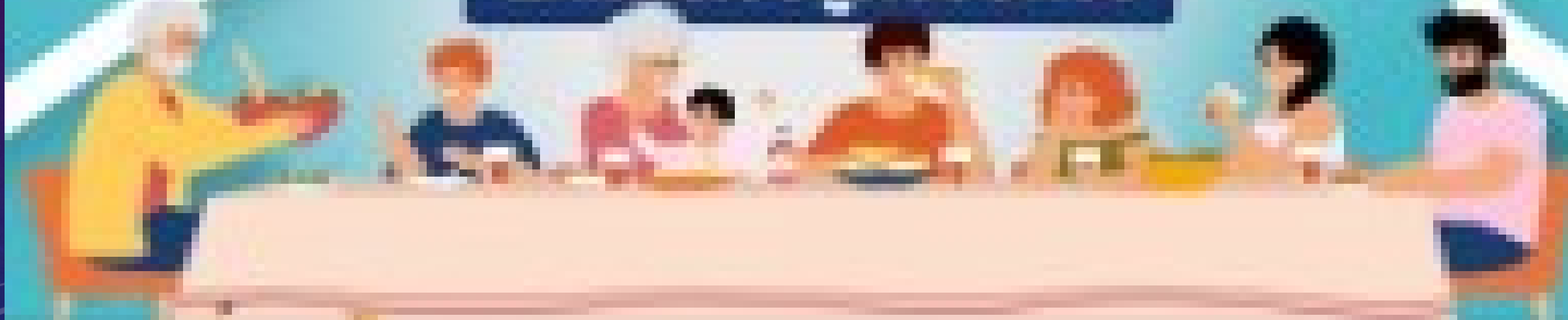
ที่มา : <https://multimedia.anamai.moph.go.th/infographics/covid-19/>



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

ทำชุดเชื้อโควิด-19 ก่อนเข้าบ้าน

ลดแพร่เชื้อสู่ครอบครัว



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดภัย
มูลนิธิธรรมรักษ์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

10 ขั้นตอน ทำความสะอาดฆ่าเชื้อโควิด-19 ก่อนเข้าบ้าน

1. ทำความสะอาดรถยนต์ รถจักรยานยนต์ทุกครั้งหลังการใช้งาน
2. ถอดหน้ากากใส่ถุงให้มิดชิด ทิ้งในถังขยะแยกเฉพาะ
3. ถอดรองเท้าไว้นอกบ้าน ไม่ใส่เข้าบ้านเด็ดขาด และฉีดน้ำยาฆ่าเชื้อ
4. ล้างมือฟอกสบู่อย่างน้อย 20 วินาที
5. เช็ดทำความสะอาดกระเป๋า โทรศัพท์มือถือ นาฬิกาข้อมือ
6. หลีกเลี่ยงการสัมผัสสิ่งของในบ้านหรือนั่งบนเก้าอี้ โซฟา ก่อนอาบน้ำ
7. ไม่สัมผัสสัตว์เลี้ยงหรือบุคคลในบ้านก่อนอาบน้ำ
8. แยกเสื้อผ้าที่ใส่แล้วออกจากเสื้อผ้าที่ใส่ในบ้านและควรแยกซัก
9. อาบน้ำสระผม เปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันทีเมื่อกลับถึงบ้าน
10. เมื่อรับประทานอาหารร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ควรใช้ช้อนกลางส่วนตัวตักอาหาร



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

ช่องทางการติดต่อ

ติดต่อ
เครือข่ายครูเพื่อ
โรงเรียนปลอดบุหรี่



SMOKEFREESCHOOL



ติดตามข่าวสาร
การรณรงค์
ไม่สูบบุหรี่



ASHTHAILAND



ติดตามข่าวสาร
การรณรงค์
ไม่สูบบุหรี่



ASHTHAILAND



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

ขอสื่อสนับสนุน
จัดกิจกรรม
ในพื้นที่



SMOKEFREEZONE



ร่วมเป็นสมาชิก
เพื่อรับข้อมูล
อย่างต่อเนื่อง



LINE OFFICIAL
ASHTHAILAND



เครือข่ายครูเพื่อโรงเรียนปลอดบุหรี่
มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่และ สสส.

36/2 ซ.ประดิพัทธ์ 10 ถ.ประดิพัทธ์ แขวงพญาไท เขตพญาไท กทม. 10400
โทร. 0-2278-1828 / 0-94817-0555 โทรสาร. 0-2278-1830