

# អ្នកជិះរថយន្តដឹកជញ្ជូនសាធារណៈទាំងអស់



## សមការពារខ្លួនអ្នក និងអ្នកដទៃទៀត ពីមេរោគកូរ៉ូណាថ្មី



សូមស្នាក់នៅផ្ទះប្រសិនបើអ្នកឈឺ។

សូមខ្ទប់ការក្អក ឬកណ្តាស់របស់អ្នកជាមួយនឹងក្រដាសជូតមុខបន្ទាប់មកបោះ

ក្រដាសនោះចោលក្នុងធុងសំរាម។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានក្រដាសទេ សូមក្អកទៅនឹងកែងដៃរបស់អ្នក។



សូមលាងដៃឱ្យបានញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូនិងទឹកយ៉ាងហោចណាស់ ២០ វិនាទី។ ប្រសិនបើសាប៊ូនិងទឹកមិនអាចប្រើបាន

សូមប្រើទឹកលាងដៃមានជាតិអាលកុល

ដែលមានជាតិអាលកុលយ៉ាងហោចណាស់ ៦០ ភាគរយ។

លាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកបន្ទាប់ពីអ្នកប៉ះផ្ទៃដូចជាប៉ូល ខ្សែរស្មូវដែក ខ្សែរសម្រាប់តោង ឬប្រកាន់ដៃ។



សូមកំណត់ទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយមនុស្សដែលឈឺ។ ព្យាយាមជិះឡានក្រុង និងរថភ្លើងនៅម៉ោងដែលមិនសូវរវល់។ ឆាប់ចេញទៅធ្វើការមុនពេល ឬចេញក្រោយពេលប្រសិនបើអាចធ្វើបាន។

សូមកុំពាក់របាំងមុខពេទ្យប្រសិនបើអ្នកមានសុខភាពល្អ

លើកលែងតែមានការណែនាំពីអ្នកជំនាញថែទាំសុខភាព។ ក្រណាត់របាំងមុខ

ដូចជាកន្លែងដៃជំងឺ ឬ ក្រម៉ារ៉ុក

គួរតែត្រូវបានប្រើនៅពេលដែលនៅទីសាធារណៈ។

## ជិះដោយមានសុវត្ថិភាព

