



ข่าวสาร ด้านยาและผลิตภัณฑ์สุขภาพ



ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๒๕๕ ประจำเดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

ล้างมือให้มือสะอาด...

ห่างไกล COVID - 19



วิธีการหลีกเลี่ยงการสัมผัสเชื้อโรค นอกจากการใช้หน้ากากอนามัยแล้ว การล้างมือให้สะอาดก็เป็นสิ่งที่สำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลังการไอ จาม หรือสิ่งน้ำมูก หลังสัมผัสสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได ปุ่มกดลิฟต์ ลูกบิดประตู เป็นต้น ซึ่งการล้างมือให้สะอาดมีหลายวิธี ดังนี้

• การหมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่บ่อย ๆ เป็นวิธีที่ดีที่สุด

• ในกรณีที่ไม่มีสะดวกล้างมือด้วยน้ำและสบู่

➢ ใช้แอลกอฮอล์ 70% สำหรับล้างแผล นำมาทำความสะอาดมือ โดยอาจบรรจุลงในขวดสเปรย์ ขวดปั๊ม เพื่อความสะดวก การใช้แอลกอฮอล์สัมผัสผิวหนังเป็นเวลานานอาจทำให้ผิวหนังแห้ง แต่สามารถใช้ครีมทามือเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นแก่ผิวหนังได้

➢ ใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดมือชนิดไม่ต้องล้างน้ำออก ที่มีจำหน่ายทั่วไป ในรูปแบบเจล ของเหลว และสเปรย์ ซึ่งมีส่วนประกอบสำคัญคือ แอลกอฮอล์ เพื่อกำจัดเชื้อโรค

เอกสารอ้างอิง :

- Centers for Disease Control and Prevention. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Prevention & Treatment [Internet]. 2020 [cited 2020 Feb 25]. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/prevention-treatment.html>

ผู้ตั้งบทความ : ฉมฉวรรณ ผลประเสริฐ Email : vck_rx@hotmail.com

ดาวน์โหลดข่าวสารนี้
ที่ QR CODE ด้านล่างค่ะ



กองเภสัชกรรม สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ๓๒๐ ม.๖ ซ.เคหะชุมชนท่าทราย แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐ โทร. ๐ ๒๕๔๐ ๘๗๘๒ ต่อ ๓๐๓, โทรสาร ๐ ๒๕๔๐ ๖๘๔๒

