

គោលការណ៍ណែនាំដំណាក់កាលទីពីរនៃសកម្មភាពពលរដ្ឋស្តីពីតម្លាតសង្គម  
មជ្ឈមណ្ឌលកូរ៉េសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងនិងបង្ការជំងឺ (KCDC)

<គោលការណ៍ណែនាំសម្រាប់សកម្មភាពពលរដ្ឋ>

① កុំចេញក្រៅទៅសាលារៀន / ធ្វើការ ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណ៍ថា ក្តៅខ្លួន ឬ មានរោគសញ្ញាផ្លូវដង្ហើម (ក្អក ឈឺបំពង់ក ឈឺសាច់ដុំ)

\* ទាក់ទងមណ្ឌលសុខភាព (១៣៣៩ លេខក្នុងតំបន់ + ១២០) ប្រសិនបើរោគសញ្ញារបស់អ្នកកាន់តែធ្ងន់ធ្ងរ ដូចជាការបន្ត គ្រុនក្តៅខ្លាំង (លើសពី ៣៨ °C)

② ពន្យារពេលឬបោះបង់ចោលការមិនចាំបាច់ទៅខាងក្រៅ ការប្រជុំក្នុងព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗធ្វើដំណើរបាន លើកលែងតែទៅកាន់មណ្ឌលសុខភាព ទិញរបស់របរចាំបាច់ប្រើប្រាស់ប្រចាំថ្ងៃ។

- (ការហូបអាហារ) អោយគេធ្វើការដឹកជញ្ជូនយកមកអោយឬយកទៅហូបឆ្ងាយពីគោដនីយដ្ឋានឬហាង កាហ្វេ ជៀសជាងការទៅហូបនៅទីកន្លែងទាំងនោះ។

\* ក្នុងករណីឆ្លងត្រូវបានគេរាយការណ៍នាពេលថ្មីៗនេះ ចាំបាច់ត្រូវតែពន្យារពេល ឬលុបចោលព្រឹត្តិការណ៍ជួបជុំណាមួយ ដែលជាការប្រមូលផ្តុំដោយការទទួលទានអាហាររួមគ្នា។

- (ការហាត់ប្រាណ) ត្រូវធ្វើលំហាត់ប្រាណនៅក្នុងផ្ទះរបស់ខ្លួន ជៀសជាងធ្វើលំហាត់ប្រាណនៅកន្លែង ហាត់ប្រាណ

- (ការជួបជុំមិត្តភក្តិឬមិត្តរួមការងារ) ត្រូវជួបគ្នាតាមរយៈការប្រើប្រាស់(កុំព្យូទ័រឬទូរស័ព្ទ)នៅផ្ទះរៀងៗខ្លួន ជៀសជាងទៅជួបគ្នាទល់មុខផ្ទាល់

- (ការទិញទំនិញ) ត្រូវទិញទំនិញតាមអនឡាញជៀសជាងទៅទិញទំនិញនៅហាងលក់ទំនិញផ្ទាល់

③ បទប្បញ្ញត្តិនៃការដាក់ខ្លួនអោយនៅដាច់ដោយឡែកដូចជា ពាក់ម៉ាស់នៅពេលចេញទៅក្រៅ

មិនត្រូវទៅកន្លែងដែលតូចចង្អៀតខ្វះអុកស៊ីសែន និងកន្លែងមនុស្សច្រើន ដូចជាកន្លែងទាំងនេះ មាន កន្លែងបិទជិត កន្លែងប្រមូលផ្តុំមនុស្សច្រើន និងកន្លែងដែលមានមនុស្សនៅជិតៗគ្នា។

- (ការពាក់ម៉ាស់) ត្រូវតែពាក់ម៉ាស់នៅកន្លែងទីប្រជុំជន និងក្នុងករណីដែលលំបាកត្រូវរក្សាគម្លាត ពីគ្នា យ៉ាងហោចណាស់ចាប់ពី២ម៉ែតឡើងទៅ។

\* ត្រូវគ្រប់គ្រងក្នុងការដោះម៉ាស់ចេញចំពោះករណី(មានការបរិភោគអាហារ ការច្រៀង ការស្រែកលើកទឹកចិត្តជាដើម។ល។)

- (ការរក្សាគម្លាត) ត្រូវរក្សាគម្លាតពីគ្នា(យ៉ាងតិចបំផុត១ម៉ែត)និង២ម៉ែតឡើងទៅ។

- មិនត្រូវអោយមានការខ្ចាតទឹកមាត់ដូចជានៅពេល(ស្រែកច្រៀងដោយសម្លេងលឺៗ ការស្រែកលើក ទឹក ចិត្តជាដើម។ល។ និងការហាមប្រាមប៉ះពាល់គ្នាដូចជា (ការចាប់ដៃគ្នា ការអោបគ្នាជាដើម។ល។)