

# การดูแลหญิงตั้งครรภ์ภายใต้สถานการณ์ การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

## กลุ่มที่ไม่ติดเชื้อ

**หลีกเลี่ยง** การสัมผัสหรืออยู่ใกล้ชิด  
ผู้ที่มีอาการไอ ใช้ รักระยะห่าง 1-2 เมตร  
**หลีกเลี่ยง** การเดินทางไปยังสถานที่เสี่ยง

**หลีกเลี่ยง** การใช้  
มือสัมผัสบริเวณ  
ดวงตา ปาก และ  
จมูก

**รับ** ประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่  
เสมอ หรือปรุงอาหารให้สุกร้อน  
ทั่วถึง  
**แยก** ภาชนะรับประทานอาหาร

**งด** ใช้สิ่งของส่วนตัว  
ร่วมกับผู้อื่น

**หญิง** ตั้งครรภ์  
สามารถฝากครรภ์ได้  
ตามนัด

**ล้าง** มือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ นานอย่างน้อย  
20 วินาที หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ล้างมือ

## กลุ่มเสี่ยง

**แยก** ตนเองออกจากครอบครัว  
**สังเกต** อาการจนครบ 14 วัน  
**งด** การออกไปที่สาธารณะ  
**งด** การพูดคุย หรืออยู่ใกล้ชิดผู้อื่น  
ในระยะใกล้กว่า 2 เมตร

**รับ** ประทานอาหารที่ปรุงสุก  
ใหม่เสมอ หรือปรุงอาหารให้  
สุกร้อนทั่วถึง  
**แยก** ภาชนะรับประทานอาหาร

**งด** ใช้สิ่งของส่วนตัว  
ร่วมกับผู้อื่น

**กลุ่มเสี่ยง** ต้องแจ้งเจ้าหน้าที่ให้  
ทราบว่าตนเองอยู่ระหว่างการเฝ้าระวัง  
14 วัน และถ้ามีอาการเจ็บครรภ์คลอด  
ไปโรงพยาบาล **ทันที**

