**ประชาสัมพันธ์ป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่**

กรมควบคุมโรคได้แนะนำให้นักเรียนและประชาชนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ทุกสายพันธุ์ด้วย**มาตรการ “ปิด ล้าง เลี่ยง หยุด”** ได้แก่  
1. ปิด คือ ปิดปาก ปิดจมูก เมื่อไอ จาม ต้องใช้ผ้าหรือกระดาษทิชชูปิดปากและจมูกทุกครั้ง หากป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ ต้องสวมหน้ากากอนามัยป้องกันการแพร่เชื้อ  
2. ล้าง คือ ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่เมื่อสัมผัสสิ่งของ เช่น กลอนประตู ลูกบิด ราวบันได ราวบนรถโดยสาร  
3. เลี่ยง คือ หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย  
4. หยุด คือ เมื่อป่วยควรหยุดเรียน หยุดงาน หยุดทำกิจกรรมในสถานที่แออัด แม้ผู้ป่วยจะมีอาการไม่มากก็ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ และเน้นย้ำว่าหากมีไข้สูง ไอ เจ็บคอ และปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ต้องรีบพบแพทย์โดยเร็วใน 2 วัน



