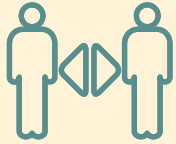


ជំងឺរាងសាបបញ្ជាក់ទាំង

ដើម្បីការពារអ្នក និងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកពីវីរុសកូរ៉ូណា (ខ្វីដ-19)

ខណៈពេលបច្ចុប្បន្ននេះមិនមានវ៉ាក់សាំងសម្រាប់ការពារវីរុសកូរ៉ូណាក្តី មានវិធីសាមញ្ញៗ ដែលយើងទាំងអស់គ្នាអាចធ្វើបាន ដើម្បីបញ្ឈប់វាពីការឆ្លងរីករាលដាល។



រក្សាចម្ងាយរបស់អ្នក

ពីអ្នកផ្សេងទៀត ប្រសិនបើអ្នកឈឺ ឬ ប្រសិនបើពួកគេឈឺ។ ជៀសវាងទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធ ដូចជាការចាប់ដៃរលាក់ ខ្ទឹម និងថើប។



នៅផ្ទះពីកន្លែងធ្វើការ និងសាលាផ្សេង ប្រសិនបើអ្នកមិនស្រួលខ្លួន

កុំទៅផ្សារទិញឥវ៉ាន់ ឬប្រើឃ្នាជំនិះសាធារណៈ រហូតដល់អ្នកមានអារម្មណ៍ធូរស្បើយឡើងវិញ។



លាងដៃរបស់អ្នក

ឱ្យបានទៀងទាត់ ជាពិសេស បន្ទាប់ពីទៅបង្គន់ ផ្លូវចម្រុះរបស់អ្នក និងចាប់កាន់ក្រដាសជូតមាត់ ដែលបានប្រើរួច។



គ្របក្បក និងកណ្តាស់

ហើយកណ្តាស់ទៅក្នុងក្រដាសជូតមាត់ដែលស្អាត ឬក្នុងកែងដៃរបស់អ្នក។



ជៀសវាងការប៉ះមុខរបស់អ្នក

ភ្នែក ច្រមុះ និងមាត់របស់អ្នក។ ហើយកុំចាប់កាន់ចំណីអាហារ លុះត្រាតែអ្នកបានលាងដៃរបស់អ្នកហើយ។



ជូតលើផ្ទៃ

ដែលប៉ះញឹកញាប់ ដូចជាផ្ទៃទឹកក្នុងបន្ទប់ទឹក និងតុតែងក្នុងផ្ទះបាយ។

សម្រាប់ព័ត៌មានចុងក្រោយអំពីវីរុសកូរ៉ូណា សូមមើលរ៉ូបសែថីដែលគួរទុកចិត្តខាងក្រោមនេះ៖

SA Health



sahealth.sa.gov.au/COVID2019



facebook.com/SAHealth



[@SAHealth](https://twitter.com/SAHealth)

Smartertraveller smartertraveller.gov.au

ក្រសួងសុខាភិបាលរបស់រដ្ឋាភិបាលអូស្ត្រាលី

(Australian Government Department of Health) health.gov.au



Government of South Australia

SA Health