有些事情，
不一定要現在做。
生病應儘速就醫，
遵醫囑在家休息，
康復前不宜旅行。
2020.03.09版
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
疫情通報及諮詢專線：1922
廣告

預防
COVID-19(武漢肺炎)
進出機構務必
洗手
保護自己 保護他人
濕洗手
以肥皂澈底搓洗
雙手40-60秒
乾洗手
使用酒精含量
60%至80%的
乾洗手液搓洗
20-30秒
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
1922防疫達人
www.facebook.com/TWCDC
Taiwan CDC
LINE@
疫情通報及諮詢專線：1922
廣告

正確戴口罩4步驟

中央流行疫情指揮中心 關心您

2020/02/01

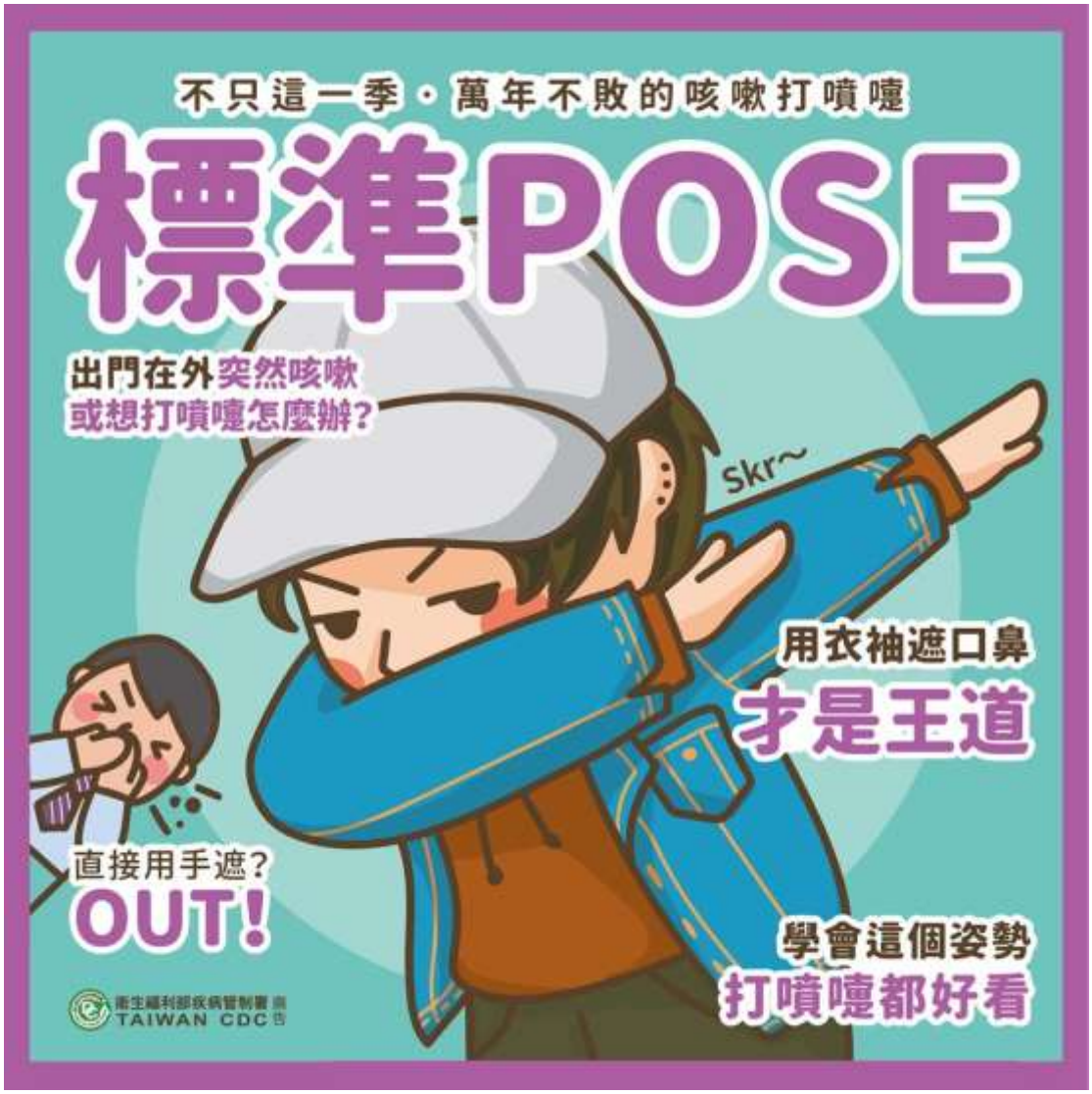
TAIWAN CDC

我的同住者正在 居家隔離／居家檢疫 我該怎麼做？

- 和居家隔離／檢疫者**保持1公尺以上距離**，**減少接觸**（例如：同桌用餐）。
- **盡量配戴口罩**。
- **肥皂勤洗手**。觸摸眼口鼻前應先洗手。
- 出現**不適症狀立刻通知**居家隔離／檢疫通知書上之聯絡人、所在地衛生局，或撥1922，**依指示就醫**。

中央流行疫情指揮中心　2020/2/10

細菌病毒都害怕的
洗手七式
洗
內
搓揉手掌
外
搓揉手背
夾
搓揉指縫
弓
搓揉指背
與指節
大
搓揉大拇指
及虎口
立
搓揉指尖
完
清水沖淨
並擦乾雙手
衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC


不只這一季・萬年不敗的咳嗽打噴嚏
標準POSE
出門在外突然咳嗽
或想打噴嚏怎麼辦?
Skr~
用衣袖遮口鼻
才是王道
直接用手遮?
OUT!
學會這個姿勢
打噴嚏都好看
衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC

PERHATIAN
untuk pasien dan keluarga

- **Diharuskan memakai masker** saat pergi ke rumah sakit
- Diharuskan memberi tahu dokter tentang **tempat yang Anda kunjungi dalam 14 hari sebelum memiliki gejala, riwayat kontak, pekerjaan dan kelompak sosial (TOCC)**

製作日期:2020/01/25

Central Epidemic Command Center | www.cdc.gov.tw | Follow Us on Facebook www.facebook.com/TWCDC | Taiwan CDC LINE@ | Communicable Disease Reporting and Consultation Hotline : 1922

Chú ý đối với người đi khám và người thăm bệnh
Phải đeo khẩu trang
khi đi vào các cơ sở khám chữa bệnh
Khi khám bệnh phải chủ động khai báo
lịch sử du lịch, nghề nghiệp,
tiếp xúc và giao tiếp cộng đồng trong suốt
14 ngày trước khi phát bệnh (TOCC)
製作日期:2020/01/25
Central Epidemic Command Center
www.cdc.gov.tw
Follow Us on Facebook
www.facebook.com/TWCDC
Taiwan CDC LINE@
Communicable Disease Reporting and Consultation Hotline : 1922

Apa yang harus saya perhatikan saat pergi ke rumah sakit?

- Cari pertolongan medis jika Anda memiliki gejala
- Berinisiatif memberi tahu dokter tentang riwayat perjalanan, pekerjaan, riwayat kontak dan kelompok sosial Anda (TOCC)
- Lakukan pemeriksaan kesehatan berdasarkan evaluasi profesional dokter, jika perlu

Central Epidemic Command Center www.cdc.gov.tw Follow Us on Facebook www.facebook.com/TWCDC Taiwan CDC LINE@ Communicable Disease Reporting and Consultation Hotline 1922

Tới bệnh viện khám cần chú ý những gì?

- Chỉ cần khám khi có triệu chứng
- Chủ động khai báo lịch sử dịch tễ, bao gồm: lịch sử du lịch, nghề nghiệp, tiếp xúc và giao tiếp cộng đồng (TOCC)
- Có cần xét nghiệm hay không sẽ do bác sỹ chuyên môn quyết định

Central Epidemic Command Center www.cdc.gov.tw Follow Us on Facebook www.facebook.com/TWCDC Taiwan CDC LINE@ Communicable Disease Reporting and Consultation Hotline : 1922

經常
洗手不可少
洗手時
要特別注意
的地方
指頭
指縫
手掌
手背
手腕
民眾
洗手時機
吃東西前
接觸病人前後
上廁所後
擤鼻涕、咳嗽
或打噴嚏後
看病後..等
正確洗手步驟
濕
搓
沖
捧
擦
用清水將雙手
完全弄濕
抹上肥皂，手心、手背、
手指互相搓洗至少20秒
用清水將雙手
徹底沖洗乾淨
用水將水龍頭沖乾淨
並記得關水龍頭
用拭手擦或紙巾
將手擦乾
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
疫情通報及諮詢專線：1922

Indonesia
Jangan lupa sering cuci tangan
Hal-hal yang harus diperhatikan pada saat mencuci tangan
Jari
Sela jari
Telapak tangan
Punggung tangan
Pergelangan tangan
Waktu untuk mencuci tangan
Sebelum makan
Sebelum dan setelah melakukan kontak fisik dengan orang sakit
Setelah menggunakan kamar mandi/WC
Setelah membersihkan ingus, batuk, atau bersin
Setelah lihat dokter
Langkah mencuci tangan
Basah
Bersihkan tangan seluruhnya dengan air bersih
Gosok
Gosok sabun ke telapak, punggung tangan dan sela jari-jari setidaknya selama 20 detik
Bilas
Bilas tangan dengan air bersih mengalir
Siram
Siram kran air dengan air bersih dan ingat jangan lupa untuk mematikan air kran
Lap
Gunakan mesin pengering tangan atau lap dengan handuk/tisu
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
疫情通報及諮詢專線：1922

Ang Paghuhugas Ng Kamay Ay Kailangan
Ang Mga Parte Ng Kamay Na Dapat Hugasang Mabuti
Dulo Ng Daliri
Gilid Ng Daliri
Palad
Likod Ng Kamay
Pulso
Ang Tamang Oras Ng Paghuhugas Ng Kamay
Bago Kumain
Bago At Pagkatapos Humawak Sa Pasyente
Pagkatapos Gumamit Ng Banyo
Pagkatapos Suminga, Umubo At Bumahing
Pagkatapos Komunsulta Sa Doktor ...At Iba Pa
Tamang Paraan Ng Paghuhugas Ng Kamay
BASAIN
Basain Ang Kamay Ng Tubig
KUSKUSIN
Lagyan Ng Sabon Ang Palad Likod Ng Kamay Mga Daliri At Kuskusin Ng 20 Segundo
BANLAWAN
Banlawan Ang Dalawang Kamay Ng Tubig Mabuti
SALUKIN
Salukin Ng Kamay Ang Tubig Para Mabanlawan Ang Gripo
PUNASAN
Gumamit Ng Pantuyo Sa Kamay O Tuyong Papel Sa Kamay Para Pampunas
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
疫情通報及諮詢專線：1922

Vietnam
Thường xuyên rửa tay là điều không được thiếu
Những chỗ cần đặc biệt chú ý khi rửa tay
Đầu ngón tay
Kẽ tay
Lòng bàn tay
Mu bàn tay
Cổ tay
Thời điểm mọi người cần rửa tay
Trước khi ăn
Trước và sau khi tiếp xúc với người bệnh
Sau khi đi vệ sinh
Sau khi hắt mũi, ho, hoặc hắt hơi
Sau khi khám bệnh.....
Các bước rửa tay đúng cách
Làm ướt tay
Làm ướt hai tay hoàn toàn bằng nước máy
Xoa tay
Xoa xà phòng lên đều, rồi xoa mu bàn tay, lòng bàn tay, các ngón tay với nhau ít nhất là 20 giây
Xối nước
Xối nước rửa sạch thật kỹ hai tay
Vốc nước
Vốc nước lên xối sạch với nước và nhớ khóa vòi nước lại
Lau tay
Hơi tay cho khô bằng máy thổi hơi nóng hoặc lau khô tay bằng khăn giấy
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
疫情通報及諮詢專線：1922

Thailand
ให้ล้างมือบ่อยๆ
ในขณะล้างมือสิ่งที่ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ
นิ้วมือ
ซอกนิ้ว
ฝ่ามือ
หลังมือ
ข้อมือ
ข้อบ่งชี้ในการล้างมือของบุคคลโดยทั่วไป
ขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้อง
เปียก
ถู
รด
ล้าง
เช็ด
中央流行疫情指揮中心 關心您
www.cdc.gov.tw
疫情通報及諮詢專線 1922

4 langkah
memakai masker yang benar

2020/02/01

Central Epidemic Command Center

TAIWAN CDC

4 Bước
Đeo Khẩu Trang Đúng Cách

2020/02/01

Central Epidemic Command Center

TAIWAN CDC