

## คำแนะนำก่อนกลับบ้านเกี่ยวกับการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อสู่ญาติ

การติดต่อ : โดยการหายใจเอาฝอยละอองจากทางเดินหายใจของผู้ป่วยเข้าไป หรือจากการสัมผัสโดยตรงกับตุ่มน้ำที่ผิวหนังของผู้ป่วยที่อยู่ในระยะแพร่เชื้อ

คำแนะนำในการปฏิบัติตัว เมื่ออยู่ที่บ้าน

1. แยกตัวจากผู้อื่น โดยหยุดเรียน หรือหยุดงาน จนกว่าผื่นตลอกสะเก็ดหมด รวมทั้งแยกข้าวของเครื่องใช้ส่วนตัวต่าง ๆ เช่น เสื้อผ้า แก้วน้ำ ช้อน จาน ชาม ฯลฯ เพื่อหลีกเลี่ยงการแพร่กระจายของเชื้อโรค
2. พักผ่อนให้เพียงพอและดื่มน้ำมากๆ
3. อาบน้ำให้สะอาด อยู่ในที่ที่อากาศเย็นสบายและถ่ายเท
4. ถ้ามีอาการคัน ให้รับประทานยาแก้แพ้ หรือยาแก้คัน
5. ตัดเล็บให้สั้นและหลีกเลี่ยงการแกะหรือเกาตุ่มที่คัน เพราะอาจจะทำให้เกิดการติดเชื้อแบคทีเรียจนกลายเป็นแผลเป็นได้