



Department of Health



# ការពារខ្លួនអ្នក និងមនុស្សផ្សេងទៀត



## លាងសម្អាតដៃ

ឱ្យបានញឹកញាប់ជាមួយសាប៊ូ និងទឹក



## គ្របលើការក្អក

និងការកណ្តាស់ជាមួយក្រដាសជូតមាត់  
ឬកែងដៃផ្នែកខាងក្នុង



## ស្នាក់នៅផ្ទះ ប្រសិនបើឈឺ

ហើយត្រូវធ្វើតេស្ត ទោះបីជាមាន  
រោគសញ្ញាដូចគ្រុនរងារ  
ឬគ្រុនផ្តាសាយស្រាលក៏ដោយ



## គម្លាតរាងកាយ

រក្សាគម្លាតយ៉ាងហោចណាស់  
1.5 ម៉ែត្រពីមនុស្សផ្សេងទៀត  
នៅកន្លែងណាដែលអាចធ្វើទៅបាន



## សម្អាតលើផ្ទៃ

និងសម្អាតមេរោគលើវត្ថុនានាឱ្យ  
បានទៀងទាត់



## ទាញយក APP

ដើម្បីជួយកំណត់អត្តសញ្ញាណមនុស្សដែល  
បានប៉ះពាល់នឹងកូវីដ-19