



Centers for Disease Control and Prevention  
CDC 24/7: Saving Lives, Protecting People™

# Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)



## หลังจากการเดินทางของท่าน

Updated Aug. 28, 2020

[Print](#)

## GLOBAL HEALTH ALERT: COVID-19

You may have been exposed to COVID-19 while traveling.

Watch your health for symptoms. Even with no symptoms, you can spread the virus to others.

### PROTECT OTHERS FROM GETTING SICK:



Keep 6 ft/2 m apart from others.



Wear a mask.



Wash your hands often.

Close contact activities put you at risk for exposure to COVID-19.

If you think you may have been exposed while you traveled, take extra care for 14 days after travel:

- Stay home as much as possible.
- Avoid being around people, especially those at higher risk for severe illness from COVID-19.
- Consider getting tested for COVID-19.



For more information: [www.cdc.gov/COVIDtravel](http://www.cdc.gov/COVIDtravel)

Download English version

เนื่องจากยังคงมีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาภายในประเทศสหรัฐอเมริกาและในหลายจุดหมายปลายทางทั่วโลก

ท่านอาจสัมผัสกับเชื้อโควิด-19 ในระหว่างการเดินทาง (ทั้งในประเทศ และ/หรือระหว่างประเทศ) ท่านอาจรู้สึกปกติและไม่มีอาการใด แต่ท่านอาจติดเชื้อโดยไม่แสดงอาการใดเลยและแพร่เชื้อไวรัสไปยังผู้อื่นได้ ท่านและผู้ร่วมเดินทาง (รวมถึงเด็ก) อาจทำให้ครอบครัว เพื่อน และชุมชนของท่านเสี่ยงต่อการติดเชื้อ เป็นเวลา 14 วันหลังจากที่ท่านได้รับเชื้อไวรัส ไม่ว่าท่านจะเดินทางไปไหนหรือทำอะไรในระหว่างการเดินทาง โปรดปฏิบัติตามดังต่อไปนี้เพื่อปกป้องผู้อื่นจากการเจ็บป่วย

- เมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น ให้รักษาระยะห่างอย่างน้อย 6 ฟุต (ประมาณ 2 ช่วงความยาวแขน) จากผู้อื่นที่ไม่ได้อยู่ในครอบครัวเดียวกับท่าน การทำเช่นนี้ในทุกสถานที่ทั้งในอาคารและนอกอาคารเป็นสิ่งสำคัญมาก
- สวมหน้ากากเพื่อปิดจมูกและปากเมื่ออยู่นอกบ้าน
- ล้างมือบ่อยขึ้นหรือใช้น้ำยาฆ่าเชื้อสำหรับล้างมือ
- ดูแลสุขภาพตนเองและคอยสังเกตอาการของโควิด-19 วัตถุประสงค์หลักคือการป้องกันหากท่านรู้สึกป่วย

ปฏิบัติตามข้อแนะนำและข้อกำหนดระดับรัฐ เขตแดน ชนเผ่าและท้องถิ่นหลังจากการเดินทาง

## กิจกรรมที่มีความเสี่ยงสูง

การเดินทางและกิจกรรมบางประเภทสามารถทำให้ท่านมีความเสี่ยงสูงต่อการรับเชื้อโรคโควิด-19 (ดูรายการด้านล่าง) หากท่านเข้าร่วมกิจกรรมที่มีความเสี่ยงสูงหรือคิดว่าอาจรับเชืวก่อนหรือระหว่างการเดินทาง ให้เพิ่มความระมัดระวังเป็นพิเศษ (นอกเหนือจากรายการด้านบน) เพื่อปกป้องผู้อื่นเป็นเวลา 14 วันหลังจากที่ท่านเดินทางถึงจุดหมาย

1. อยู่บ้านให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
2. หลีกเลี่ยงการอยู่ท่ามกลางผู้คนที่มีความเสี่ยงสูงจากการป่วยด้วยโรคโควิด-19 [ชั้นรุนแรง](#)
3. เข้ารับการ[ตรวจการติดเชื้อ](#)โควิด-19

## กิจกรรมใดบ้างที่ถือว่าเป็นกิจกรรมที่มีความเสี่ยงสูง

นี่คือตัวอย่างกิจกรรมและสถานการณ์ที่สามารถเพิ่มความเสี่ยงต่อการได้รับเชื้อ โควิด-19

- อยู่ในพื้นที่ที่มีการแพร่กระจายของเชื้อโควิด-19 ในระดับสูง รวมถึงจุดหมายปลายทางที่มีประกาศเกี่ยวกับสุขภาพระหว่างเดินทางระดับ 3 ท่านสามารถตรวจสอบประกาศเกี่ยวกับสุขภาพระหว่างเดินทางสำหรับคำแนะนำของของสถานที่ที่ท่านเดินทางไป รวมถึงประเทศและเขตแดนต่าง ๆ ใน [อาณาเขตของสหรัฐอเมริกา](#) ท่านยังสามารถตรวจสอบชื่อรัฐประเทศและเมืองต่าง ๆ เพื่อพิจารณาว่าพื้นที่ดังกล่าวมีระดับการแพร่กระจายของโรคโควิด-19 ในระดับสูงหรือไม่
- อยู่ในพื้นที่ที่มีการแพร่กระจายของเชื้อโควิด-19 ในระดับสูง ท่านสามารถตรวจสอบระดับการแพร่เชื้อของสถานที่ที่ท่านเดินทางไป รวมถึงประเทศต่าง ๆ [สหรัฐอเมริกา](#) ประเทศและเมืองต่าง ๆ
- การไปงานพบปะสังสรรค์ขนาดใหญ่ เช่น งานแต่งงาน งานศพ หรืองานเลี้ยง
- การเข้าร่วมการชุมนุมของคนกลุ่มใหญ่ เช่น การแข่งขันกีฬา งานแสดงคอนเสิร์ต หรือขบวนพาเหรด
- การอยู่ในกลุ่มคนจำนวนมาก ตัวอย่างเช่น ในร้านอาหาร บาร์ สนามบิน สถานีรถโดยสารประจำทาง และรถไฟ หรือโรงพยาบาล
- การเดินทางโดยเรือสำราญหรือเรือล่องแม่น้ำ

หากรู้ตัวว่าท่านได้พบเจอกับผู้ติดเชื้อโควิด-19 ให้เลื่อนการเดินทางออกไปก่อน ถึงแม้ว่าจะไม่มีอาการก็ตาม แต่ท่านก็สามารถแพร่เชื้อโควิด-19 ไปยังผู้อื่นในระหว่างการเดินทางได้

## หากรู้สึกป่วยหลังจากการเดินทาง ท่านควรทำอย่างไร

หากท่านมีอาการป่วย มีไข้ ไอ หรืออาการอื่นของ โควิด-19

- พักอยู่บ้านและระมัดระวังเรื่องอื่น ๆ หลีกเลี่ยงการติดต่อกับผู้อื่นจนกว่าท่านจะปลอดโรคและสามารถสิ้นสุดการกักตัวที่บ้าน
- ไม่เดินทางเมื่อท่านป่วย
- ท่านอาจติดเชื้อโควิด-19 หากท่านติดเชื้อ โปรดทราบว่าคนส่วนมากจะสามารถรักษาตัวให้หายเองได้ที่บ้าน โดยไม่ต้องเข้ารับการรักษาทางการแพทย์
- คอยติดต่อกับแพทย์ของคุณ โทรศัพท์ติดต่อก่อนที่จะไปที่สำนักงานแพทย์หรือห้องฉุกเฉิน และแจ้งว่าท่านอาจติดเชื้อโรคโควิด-19 หากท่านมีนัดหมายกับแพทย์ซึ่งไม่สามารถเลื่อนได้ ให้โทรไปที่สำนักงานแพทย์ของท่านก่อนและแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบว่าท่านติดเชื้อหรืออาจติดเชื้อโควิด-19 การทำเช่นนี้จะช่วยให้เจ้าหน้าที่ปกป้องตัวเองและผู้ป่วยอื่นจากโควิด-19 ได้
- หากท่านมีอาการแสดงที่เป็นเหตุฉุกเฉิน (รวมถึงหายใจลำบาก) ให้เข้ารับการดูแลฉุกเฉินทางการแพทย์โดยทันที
- หากท่านอาศัยร่วมกับผู้อื่นในพื้นที่ค่อนข้างจำกัด ให้เพิ่มความระมัดระวังเป็นพิเศษเพื่อปกป้องพวกเขา

หากท่านมีนัดหมายกับแพทย์ซึ่งไม่สามารถเลื่อนได้ ให้โทรไปที่สำนักงานแพทย์ของท่าน และแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบว่าท่านติดเชื้อหรืออาจติดเชื้อโควิด-19 การทำเช่นนี้จะช่วยให้เจ้าหน้าที่ปกป้องตัวเองและผู้ป่วยอื่นได้

## แหล่งที่มาเพิ่มเติม

รายการหมายเลขโทรศัพท์แผนกสุขภาพ

เกี่ยวกับไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (COVID-19)

คำถามที่พบบ่อยและคำตอบเกี่ยวกับ COVID-19

คำแนะนำสำหรับการเดินทางแบ่งตามจุดหมายปลายทาง

การเดินทางในสหรัฐอเมริกา

คำถามที่พบบ่อยและคำตอบสำหรับนักเดินทาง

Last Updated Aug. 28, 2020

Content source: National Center for Immunization and Respiratory Diseases (NCIRD), Division of Viral Diseases