

# Pencegahan Pneumonia dan Infeksi Saluran Pernafasan

(Bahasa Indonesia version)

# Pag-iwas sa Pulmonya at Impeksyon sa Palahingahan

(Tagalog version)

# การป้องกันโรคปอดบวม และการติดเชื้อในทางเดินหายใจ

(Thai version)

## Prevention of

# Pneumonia and Respiratory Tract Infection



Selalu jaga kebersihan tangan

Laging panatili-hing malinis ang mga kamay

ทำความสะอาดมือให้สะอาดอยู่เสมอ

Always keep hands clean



Tutup penutup toilet sebelum menyiram

Ibaba ang takip bago mag-flush

ปิดฝาชักโครกก่อนกดน้ำ

Put the lid down before flushing



Siramkan air ke dalam pipa leher U secara teratur

Regular na mag-dagdag ng tubig sa mga U-trap

เติมน้ำลงในท่อรูปตัว U เป็นประจำ

Add water to the U-traps regularly



Tutup mulut dan hidung dengan tisu saat bersin atau batuk

Takpan ang iyong bibig at ilong ng papel na tisyu kapag bumahing o umuubo

ปิดปากและจมูกของคุณด้วยกระดาษชำระเมื่อมีอาการจามหรือไอ  
Cover your mouth and nose with tissue paper when sneezing or coughing



Kenakan masker dan segera cari bantuan dokter jika tidak enak badan

Magsuot ng mask at agad na humingi ng medikal na payo kung masama ang pakiram-dam

สวมใส่หน้ากากอนามัยและขอคำปรึกษาจากแพทย์ทันทีหากรู้สึกมีอาการไม่สบาย

Wear a mask and seek medical advice promptly if unwell



Tutupi hidung, mulut dan dagu sepenuhnya dengan masker

Takpan ng husto ang iyong ilong, bibig at baba gamit ang mask

ปิดจมูก ปาก และคางของคุณให้มิดชิดด้วยหน้ากากอนามัย

Fully cover your nose, mouth and chin with mask



Untuk informasi lebih lanjut tentang cara mengatasi penyakit ini:

Para sa karagdagang impormasyon sa pagharap sa sakit:

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรักษาโรค:

For more information on tackling the disease:



Situs Web Pusat Perlindungan Kesehatan  
Website ng Center para sa Proteksyon sa Kalusugan  
เว็บไซต์ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ  
Centre for Health Protection Website

[www.chp.gov.hk](http://www.chp.gov.hk)



Fanpage Facebook Situs Web Pusat Perlindungan Kesehatan  
Facebook Fanpage ng Center para sa Proteksyon sa Kalusugan  
หน้าแฟนเพจ Facebook ของศูนย์คุ้มครองสุขภาพ  
Centre for Health Protection Facebook Fanpage

[fb.com/CentreforHealthProtection](https://fb.com/CentreforHealthProtection)



衛生署  
Department of Health