



คู่มือ

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
(COVID-19)

สารบัญ

	หน้า
ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019	1
คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019	
สำหรับการสวมหน้ากากอนามัย	3
สำหรับผู้ประกอบการร้านอาหาร	4
สำหรับผู้ประกอบการ/ เจ้าของตลาด	5
สำหรับผู้ประกอบการโรงแรม	6
สำหรับผู้ประกอบการคอนโดมิเนียม อพาร์ทเมนต์ หอพัก	7
สำหรับสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา (วัด โบสถ์ มัสยิด ศาลเจ้า)	9
สำหรับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก	10
สำหรับโรงเรียน	13
สำหรับผู้ประกอบการ สถานที่ทำงาน	16
สำหรับผู้ประกอบการนวดแผนไทย นวดสปา นวดเพื่อสุขภาพ	18
สำหรับผู้ประกอบการแท็กซี่ หรือรถโดยสารไม่ประจำทาง (รถตู้เช่า, รถบัสเช่า, รถเช่าที่สนามบิน) ทั้งบริษัทและส่วนบุคคล	19
สำหรับระบบขนส่งสาธารณะภายในประเทศ	20
สำหรับโรงแรมที่พัก	21
สำหรับการตรวจเลือกทหารกองเกินเข้ากองประจำการ (การเกณฑ์ทหาร)	23
สำหรับการทำความสะอาดสิ่งแวดล้อมสาธารณะ	24
แนวทางการทำความสะอาดฆ่าเชื้อในสถานที่ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล	25
การเตรียมน้ำยาฆ่าเชื้อโรค และการเช็ดล้างทำความสะอาด	27
การทำความสะอาดรถ EMS	28
ประกาศกรมอนามัย	
- เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการการป้องกันความเสี่ยงจาก โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID – 19)) สำหรับสถานที่ราชการ สถานที่ทำงานเอกชน และสถานประกอบกิจการ พ.ศ. 2563	29
- เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการป้องกันความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) สำหรับผู้ให้บริการ การขนส่งสาธารณะ พ.ศ. 2563	31
ช่องทางการดาวน์โหลดเอกสารสื่อความรู้ อินโฟกราฟฟิก	33

ข้อมูลสำหรับการป้องกันตนเองจากเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

เชื้อไวรัสโคโรนา คืออะไร

ไวรัสโคโรนา เป็นกลุ่มของเชื้อไวรัสที่สามารถก่อให้เกิดโรคทางเดินหายใจในคน ซึ่งไวรัสที่อยู่ในกลุ่มนี้มีหลายสายพันธุ์ส่วนใหญ่ทำให้เกิดอาการไม่รุนแรง คือ เป็นไข้หวัดธรรมดา ในขณะที่บางสายพันธุ์อาจก่อให้เกิดอาการรุนแรงเป็นปอดอักเสบได้ เช่น โรคติดเชื้อไวรัสทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (เมอร์ส) หรือ โรคซาร์ (SARS) ซึ่งเคยมีการระบาดในอดีตที่ผ่านมา

ไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019 คืออะไร

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 คือ ไวรัสในกลุ่มโคโรนาที่เพิ่งมีการค้นพบใหม่ (ไม่เคยมีการพบเชืื่อนี้ในคนมาก่อน) โดยพบครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ สาธารณรัฐประชาชนจีน ในช่วงปลายปี 2019

การติดต่อและอาการ

คนสามารถติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 นี้ได้หรือไม่

คนสามารถติดเชื้อได้ จากข้อมูล ณ วันที่ 25 มกราคม พ.ศ. 2563 พบว่ามีผู้ป่วยโรคปอดอักเสบจากเชื้อไวรัสชนิดนี้ จำนวน 1,354 ราย เสียชีวิต 41 ราย นอกจากนี้ไวรัสสามารถแพร่กระจายจากคนสู่คนได้ผ่านทางไอ จาม สัมผัส น้ำมูก น้ำลาย ดังนั้น จึงต้องระมัดระวังไม่ให้ผู้ป่วยที่มีอาการทางเดินหายใจสงสัยจากเชื้อไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019 ไปสัมผัสใกล้ชิดหรือใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เพื่อลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ

อาการป่วยที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นอย่างไร

ผู้ป่วยที่ต้องสงสัยโรคปอดอักเสบจากไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019 จะมีอาการไข้ ร่วมกับ อาการทางเดินหายใจ เช่น ไอจาม มีน้ำมูก เหนื่อยหอบ และมีประวัติเดินทางมาจากเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ ประเทศจีน หรือเมืองที่มีการประกาศเป็นพื้นที่ระบาด ภายใน 14 วันก่อนเริ่มมีอาการป่วย

คำแนะนำในการป้องกันตนเอง

หากมีอาการป่วย

หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ น้ำมูกไหล หายใจเหนื่อย ภายใน 14 วัน หลังกลับมาจากเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ ประเทศจีน โปรดไปพบแพทย์และยื่นบัตรคำแนะนำด้านสุขภาพสำหรับผู้เดินทางเข้ามาในประเทศไทย กับแพทย์ผู้ทำการรักษาพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง ท่านอาจได้รับเชื้อโรคก่อนเดินทางมายังประเทศไทย กรุณาแจ้งรายละเอียดต่างๆ กับแพทย์ผู้ทำการรักษา เช่น อาการป่วย วันที่เริ่มมีอาการป่วย วันเดินทางมาถึงประเทศไทย สถานที่พัก เพื่อแพทย์จะได้วินิจฉัยได้ถูกต้องและรักษาได้ทันเวลาที่ แพทย์ผู้ทำการรักษาจะรายงานต่อหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด และกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข เพื่อดำเนินการป้องกันควบคุมโรคโดยเร็ว

การล้างมือ

- Normal hand washing (การล้างมือทั่วไป)

การล้างมือเพื่อขจัดสิ่งสกปรกต่างๆ เหงื่อ ไขมัน ที่ออกมาตามธรรมชาติ และลดจำนวนเชื้อโรคที่อาศัยอยู่ชั่วคราวบนมือ การล้างมืออย่างถูกวิธีต้องล้างด้วยสบู่ก้อนหรือสบู่เหลว ใช้เวลาในการฟอกมือนานประมาณ 15 วินาที

- การล้างมือด้วยแอลกอฮอล์เจล (Alcohol gel)

การล้างมือในกรณีรีบด่วน ไม่สะดวกในการล้างมือด้วยน้ำและมือไม่ปนเปื้อนสิ่งสกปรก หรือสารคัดหลั่งจากผู้ป่วย ให้ทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์เจล การล้างมือด้วยแอลกอฮอล์เจลประมาณ 10 มิลลิลิตร ใช้เวลาประมาณ 15-25 วินาที (ในกรณีใช้แอลกอฮอล์เจล (Alcohol Gel) ไม่ต้องล้างมือซ้ำด้วยน้ำและไม่ต้องเช็ดด้วยผ้าเช็ดมือ)

การสวมใส่หน้ากากอนามัย

วิธีการใส่หน้ากากอนามัยที่ถูกต้อง ควรให้ด้านสีเข้มออกด้านนอกเสมอ คลุมให้ปิดจมูก ปาก คาง คล้องหูยัดให้พอดีกับใบหน้า กดลวดขอบบนให้สนิทกับสันจมูก โดยเปลี่ยนทุกวันและทิ้งลงในภาชนะที่มีฝาปิดเพื่อป้องกันการติดเชื้อ ทั้งจากตนเองและผู้อื่น

การไอ จาม ที่ถูกวิธี

- เมื่อรู้สึกว่าจะไอ จาม ควรหากระดาษชำระ หรือทิชชู มาปิดปาก เพื่อป้องกันไม่ให้เชื้อโรคกระจาย แล้วนำไปทิ้งในถังขยะปิดให้เรียบร้อย

- เมื่อรู้สึกว่าจะไอ จาม แล้วไม่มีกระดาษชำระ ควรใช้การไอ จามใส่ข้อศอก โดยยกแขนข้างใดข้างหนึ่งมาจับไหล่ตัวเองฝั่งตรงข้าม และยกมุมข้อศอกปิดปากและจมูกตนเองก่อนจาม ไอทุกครั้งไม่ควรไอ จามใส่มือ

- หลังจากไอ จามเสร็จแล้ว ควรรีบล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อ เพื่อกำจัดเชื้อโรคไม่ให้แพร่กระจาย

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับการสวมหน้ากากอนามัย

คำแนะนำสำหรับหน้ากากอนามัยแบบทั่วไป

ควรใส่ให้พอดีกับใบหน้า หันด้านที่มีสีออก หากเป็นแบบไม่มีสี ให้สังเกตรอยพับของหน้ากากอนามัย หากมุมของรอยพับชี้ลงด้านล่าง ด้านนั้นจะเป็นด้านนอกของหน้ากากอนามัย ให้ด้านที่มีลวดอยู่ด้านบน และดึงหน้ากากอนามัยให้ครอบคลุมทั้งจมูกและปาก

คำแนะนำสำหรับหน้ากากอนามัยแบบ N95

ให้ถือหน้ากากอนามัยไว้ในอุ้งมือ แล้วครอบหน้ากากบริเวณปากและจมูก ดึงสายรัดที่อยู่ด้านล่างคล้องศีรษะ แล้วดึงลงไปบริเวณใต้ใบหู จากนั้นดึงสายรัดเส้นบนคล้องให้อยู่บริเวณหลังศีรษะ บีบบริเวณเส้นลวดให้พอดีกับจมูก ทดสอบความพอดีของหน้ากากโดยใช้มือทั้งสองข้างทาบริเวณหน้ากาก แล้วลองหายใจหากหน้ากากพอดีกับใบหน้า เวลาหายใจเข้าหน้ากากจะยุบตัว หายใจออกจะพองตัวออก

สำหรับหน้ากากที่ใช้แล้วเปียกจากสารคัดหลั่ง เช่น น้ำลาย น้ำมูก ควรเปลี่ยนหน้ากากอนามัยทันที และไม่ควรนำกลับมาใช้ซ้ำก่อนทิ้งควรนำหน้ากากที่ใช้แล้วใส่ถุงปิดให้มิดชิด หรือทิ้งในถังขยะติดเชื้อ และล้างมือทำความสะอาดเพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค



ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับผู้ประกอบการร้านอาหาร

- ผู้ประกอบการควรให้ความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคกับพนักงานในร้านอาหาร เช่น โปสเตอร์กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ การล้างมือที่ถูกต้อง และการสวมหน้ากากอนามัย เป็นต้น

- จัดหาสบู่ เจลล้างมือแอลกอฮอล์ หรือจัดสถานที่สำหรับล้างมือ และหน้ากากอนามัย ภายในร้านอาหาร เช่น ประตูทางเข้า ห้องสุขา บริเวณเคาน์เตอร์คิดเงิน เป็นต้น เพื่อให้บริการกับผู้บริโภครวมถึงพนักงานในร้านอาหาร

- เพิ่มความตระหนักให้กับพนักงานที่ประกอบอาหาร และพนักงานทำความสะอาด ถึงความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อ โดยให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากอนามัยและถุงมือขณะปฏิบัติงาน และการดูแลทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้งานบ่อยๆ เช่น โต๊ะอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการประกอบอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการรับประทานอาหาร รวมถึงอุปกรณ์ทำความสะอาดอื่นๆ รมรงค์ให้ลูกจ้างป้องกันตนเองโดยการล้างมือบ่อยๆ และทุกครั้งสัมผัสอุปกรณ์สิ่งของเครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก

- จัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมากอย่างสม่ำเสมอ เช่น โต๊ะอาหาร ที่จับประตูห้องน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์อย่างน้อย 1 – 2 ครั้ง

- ระมัดระวังการเก็บขยะที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย เช่น กระดาษชำระที่ผ่านการใช้เช็ดปาก กระดาษชำระในห้องสุขา ควรสวมถุงมือ หรือใช้หลักคีบด้ามยาวเก็บขยะปนเปื้อนเหล่านี้ ก่อนทิ้งขยะติดเชื้อควรใส่ถุงปิดปากให้มิดชิด และล้างมือทำความสะอาดเพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค

- สำหรับสถานประกอบการที่มีลูกจ้างทำงานหนาแน่น ควรจัดให้มีการตรวจคัดกรองลูกจ้างทุกคนก่อนเข้าทำงาน หากลูกจ้างป่วย ควรพิจารณาให้หยุดรักษาตัวที่บ้าน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในสถานประกอบการ และหากมีอาการป่วยรุนแรงควรรีบไปพบแพทย์

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

สำหรับผู้ประกอบการ/ เจ้าของตลาด

คำแนะนำสำหรับตลาด

1. ควรล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยน้ำสะอาดสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล
2. สวมหน้ากากป้องกัน หมาวกคลุมผม และควรสวมหน้ากากอนามัยขณะปฏิบัติงาน
3. อาหารปรุงสำเร็จมีการปกปิดและใช้อุปกรณ์หยิบจับอาหารทุกครั้ง
4. จัดบริการจุดล้างมือพร้อมสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล
5. หากมีอาการเจ็บป่วยให้หยุดปฏิบัติงานและไปพบแพทย์ทันที
6. ควรล้างแผงจำหน่ายอาหารสดและแผงเนื้อสัตว์ฆ่าและทุกวัน
7. ใช้น้ำสะอาดฉีดล้างทางเดิน ฝาผนัง และกวาดล้างลงสู่ทางระบายน้ำเสียเพื่อชำระล้างสิ่งสกปรก
8. ล้างตลาดตามหลักสุขาภิบาลในกรณีที่มีการระบาดของโรคติดต่อควรมีการล้างตลาดตามหลักการสุขาภิบาล อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง
9. ขยะต้องเก็บรวบรวมไปกำจัดให้หมดและล้างทำความสะอาด
10. ให้ฆ่าเชื้อโรค (โดยใช้ผงปูนคลอรีน 60 % ความเข้มข้น 100 ppm ในอัตราส่วน 1 ช้อนชาต่อน้ำ 20 ลิตร) ใส่ฝักบัวรดน้ำเป็นประจำทุกวัน
11. ห้องน้ำ ห้องส้วม อ่างล้างมือ ที่ปัสสาวะ หรือจุดสัมผัสที่ใช้ร่วมกัน ต้องทำความสะอาดโดยใช้น้ำยาทำความสะอาดหรือผงซักฟอก รวมถึงสารฆ่าเชื้อโรค

การล้างตลาดตามหลักการสุขาภิบาล

1. กวาดหยากไย หรือเศษสิ่งสกปรกที่ติดบนเพดาน ฝาผนัง โคมไฟ พัดลม สายไฟ ฯลฯ
2. เจ้าของแผงทำความสะอาดแผงและทางระบายน้ำเสีย กวาดเศษขยะ ไปรวมทิ้งไว้ในบริเวณที่ปกขยะหรือในที่ที่จัดไว้ รวมทั้งกำจัดแมลงและสัตว์นำโรคที่อาศัยอยู่ในบริเวณตลาด
3. บนแผงหรือพื้นที่มีคราบไขมันจับ ใช้น้ำผสมโซดาไฟราดลงบนพื้นหรือแผง ทิ้งไว้นาน 15 - 30 นาที และใช้แปรงลวดช่วยในการขจัดคราบไขมัน โดยในบริเวณที่มีไขมันจับหนาให้ใช้โซดาไฟชนิด 96 % ในอัตราส่วน 2 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ ½ ปบ ในบริเวณที่มีไขมันน้อย ใช้โซดาไฟชนิด 96% 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ ½ ปบ สวนบริเวณอื่นใช้น้ำยาทำความสะอาด หรือผงซักฟอกในการล้างทำความสะอาด
4. ใช้น้ำสะอาดฉีดล้างบนแผง ทางเดิน ฝาผนัง และกวาดล้างลงสู่ทางระบายน้ำเสีย เพื่อชำระล้างสิ่งสกปรกและสารเคมีที่ใช้ทำความสะอาดออกให้หมด
5. ใช้น้ำผสมผงปูนคลอรีน (ใช้ผงปูนคลอรีน 60 % ในอัตราส่วน 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 1 ปบ ใส่ลงในฝักบัวรดน้ำและรดบริเวณแผง เชียง ทางเดิน ทางระบายน้ำเสียให้ทั่ว ปลดทิ้งไว้เพื่อให้คลอรีนฆ่าเชื้อโรค และกำจัดกลิ่นบริเวณที่มีกลิ่นคาวให้ใช้น้ำผสมสายชูผสมน้ำเจือจาง ราดบริเวณที่มีกลิ่นคาว (กรณีเกิดโรคระบาดต้องฆ่าเชื้อด้วยคลอรีนทุกวัน)
6. บริเวณห้องน้ำ ห้องส้วม อ่างล้างมือ ที่ปัสสาวะ และก๊อกน้ำสาธารณะที่ใช้ในตลาด ต้องทำความสะอาดโดยใช้น้ำยาทำความสะอาด หรือ ผงซักฟอกช่วยและล้างด้วยน้ำให้สะอาด
7. บริเวณที่พักขยะต้องเก็บรวบรวมขยะไปกำจัดให้หมดและล้างทำความสะอาดและทำการฆ่าเชื้อเช่นเดียวกับข้อ 5

ที่มา : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับผู้ประกอบการโรงแรม

การป้องกันโรคปอดอักเสบจากไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019 กับแขกที่มาพัก

1) เจ้าหน้าที่แผนกต้อนรับ ควรสอบถามประวัติการเดินทางและสังเกตอาการทางสุขภาพของแขกที่มาเข้าพัก หากในช่วง 14 วันที่ผ่านมา มีประวัติเดินทางไปในพื้นที่เสี่ยง ได้แก่ เมืองอู่ฮั่น (Wuhan) จี๋เจียง (Zhijiang) เอ้อโจว (Ezhou) ชี้อี้ (Chibi) หวงกั่ง (Huanggang) ลีฉวน (Lichuan) จิ้นโจว (Jingzhou) เฉียนเจียง (Qianjiang) เซียนเถา (Xiantao) หวงซือ (Huangshi) เสียนหนิง (Xianning) เสี่ยวก่าน (Xiaogan) เอินซือ (Enshi) เมืองกว่างโจว (Guangzhou) ประเทศจีน หรือเมืองอื่นๆ ที่อาจมีการประกาศเป็นพื้นที่ระบาดเพิ่มเติมหลังจากนี้และมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้แจ้งมายังกระทรวงสาธารณสุขทันทีทางสายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.1422 และให้ผู้ป่วยสวมหน้ากากอนามัย ส่งไปโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้ที่สุดเพื่อเข้าสู่ระบบการดูแลรักษาตามความเหมาะสมต่อไป

2) จัดเตรียมหน้ากากอนามัย และติดตั้งเครื่องจ่ายแอลกอฮอล์เจลล้างมือไว้ในบริเวณพื้นที่ส่วนกลาง เช่น ล็อบบี้ ห้องอาหาร ห้องออกกำลังกาย ประตูทางเข้าออก หรือหน้าลิฟท์ เป็นต้น เพื่อให้บริการแก่แขกรวมถึงพนักงานของโรงแรม ซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อระหว่างบุคคลได้

3) เพิ่มความตระหนักให้กับพนักงานทำความสะอาดถึงความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อ โดยให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากอนามัยและถุงมืออย่างขณะปฏิบัติงาน และการดูแลทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้งานบ่อยๆ เช่น รีโมท สวิตช์ไฟ แก้วน้ำดื่ม โทรศัพท์ หัวเตียง และมือจับประตู เป็นต้น เพื่อกำจัดเชื้อ ทั้งนี้ น้ำยาฆ่าล้างห้องสุขา ผงซักฟอก และ 70% แอลกอฮอล์ สามารถทำลายเชื้อไวรัสได้

4) โรงแรมที่พักที่มีผู้ป่วยยืนยันเข้าพัก ต้องให้พนักงานทำความสะอาดสวมชุดป้องกันตนเอง โดยใส่หมวกคลุมผม แว่นใสขนาดใหญ่ (แว่นกันลม) หน้ากากอนามัย ผ้าพลาสติกกันเปื้อน ถุงมือยางชนิดยาว และรองเท้าบูท ทำความสะอาดห้องพักโดยใช้น้ำยาฟอกขาวที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรต์ 6% (เช่น ไฮเตอร์ขวดสีขาว) ผสมน้ำ ในอัตราส่วน 1 ต่อ 100 ในการเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวและราดทิ้งไว้ 30 นาที ในบริเวณที่อาจมีน้ำมูก น้ำลาย หรือเสมหะ ของผู้ป่วยตกค้างอยู่

พนักงานโรงแรมควรมีการป้องกันตนเองอย่างไร

เจ้าหน้าที่แผนกต้อนรับ ไม่ว่าจะเป็นพนักงานต้อนรับ พนักงานสัมภาระ พนักงานเปิดประตู เจ้าหน้าที่สำรองห้องพัก หรือเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกต่างๆ ถือได้ว่าเป็นคนกลุ่มแรกที่ต้องพบเจอกับแขกจำนวนมาก สิ่งสำคัญเบื้องต้นในการป้องกันตนเองจากการติดเชื้อ คือ การสังเกตอาการทางสุขภาพของแขกที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ โดยแนะนำให้แขกสวมหน้ากากอนามัยและไปพบแพทย์ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง ระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิดขณะปฏิบัติหน้าที่ หากเสี่ยงไม่ได้จริงๆ ควรสวมหน้ากากอนามัย หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำ และสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก รักษาร่างกายให้อบอุ่น อยู่เสมอ และนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับผู้ประกอบการคอนโดมิเนียม อพาร์ทเมนต์ หอพัก

นิติบุคคลคอนโดหรือผู้ดูแลที่พักอาศัยควรดำเนินการ ดังนี้

1. จัดทำป้าย เพื่อแจ้งเตือนพนักงาน ผู้พักอาศัย และผู้มาเยี่ยม ถึง สถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และมาตรการในการป้องกันสำหรับประชาชนที่แนะนำโดยกรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข โดยทำเป็น 3 ภาษา ไทย จีน อังกฤษ (ประสานขอได้ที่ สายด่วน กรมควบคุมโรค 1422 หรือดาวน์โหลดได้จากเว็บไซต์ กรมควบคุมโรค <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/introduction.php>)
2. แจ้งพนักงานประจำในที่พักอาศัย ผู้พักอาศัยทุกห้อง รวมทั้งบุคคลใกล้ชิด ทั้งที่พักอยู่ด้วยกันในห้องหรือเป็นผู้มาเยี่ยม หากมีไข้ หรือ มีอาการไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก ให้สวมใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา ล้างมือบ่อยๆ และรีบไปพบแพทย์ ในกรณีที่เพิ่งเดินทางกลับจากต่างประเทศภายใน 14 วัน ให้แจ้งประวัติการเดินทางให้แพทย์ทราบด้วย
3. ติดตั้งเครื่องจ่ายแอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไว้ในบริเวณพื้นที่ส่วนกลาง เช่น ล็อบบี้ ห้องอาหาร ห้องฟิตเนส ประตูทางเข้าออก หรือหน้าลิฟท์ เป็นต้น เพื่อให้บริการแก่พนักงาน ผู้พักอาศัยซึ่งจะช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อระหว่างบุคคลได้
4. หมั่นดูแลทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้งานบ่อยๆ เช่น ลิฟท์ปุ่มกดลิฟท์สวิตช์ไฟ โทรศัพท์ มือจับประตู ปุ่มกดประตูเข้าออกอัตโนมัติ เครื่องคีร์การ์ด ราวบันได ห้องน้ำส่วนรวม เครื่องออกกำลังกาย เคาน์เตอร์เจ้าหน้าที่ดูแลอาคารที่มีผู้มาติดต่อบ่อยๆ เป็นต้น เพื่อกำจัดเชื้อ ทั้งนี้ใช้น้ำยาฆ่าล้างห้องสุขา น้ำยาซักผ้าขาวผสมน้ำ 1 ต่อ 10 และ 70% แอลกอฮอล์ สามารถทำลายเชื้อไวรัสได้
5. อาจพิจารณาให้มีเครื่องวัดอุณหภูมิแบบใช้จอหน้าผากหรือจอหู(Handheld thermometer) จัดไว้ที่เคาน์เตอร์เจ้าหน้าที่ด้านล่างของที่พักอาศัย เพื่อตรวจวัดอุณหภูมิผู้ที่เข้ามาในอาคาร
6. จัดให้มีการจำหน่ายหน้ากากอนามัย ไว้ให้บริการแก่ผู้พักอาศัยที่ประสงค์จะใช้
7. แจ้งพนักงานทำความสะอาดถึงความเสี่ยงในการรับเชื้อ โดยเน้นความสำคัญในการป้องกันตนเอง ได้แก่ การสวมหน้ากากอนามัย แวนตากันลม และถุงมือยางยาวขณะปฏิบัติงาน
8. เพิ่มความตระหนักให้พนักงานในการหมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำ และสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก รักษาร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ และนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ
9. หากพบพนักงานป่วยด้วยอาการปอดอักเสบ มากกว่า 2 คน ใน 1 สัปดาห์ ให้แจ้งแพทย์ทันทีที่ไปรับการตรวจรักษาที่โรงพยาบาล
10. กำหนดให้มีการทำความสะอาดพื้นที่ส่วนกลางเป็นประจำทุกวันและเพิ่มความถี่ในจุดเสี่ยง โดยใช้ น้ำยาฆ่าเชื้อเช็ดทำความสะอาดบริเวณที่มักจะมีการสัมผัสร่วมกันบ่อยๆ เช่น ปุ่มกด ลิฟท์ราวบันได เครื่องสแกนนิ้ว ห้องน้ำส่วนกลาง (โดยเฉพาะที่กดชักโครก สายฉีดชำระ ลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ก๊อกน้ำอ่างล้างมือ) ตู้จดหมาย ป้ายประชาสัมพันธ์ โต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ฟิตเนส เครื่องเล่นเด็กบริเวณสนามเด็กเล่น เป็นต้น
11. กำกับดูแลผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ให้สวมถุงมือทุกครั้งเมื่อปฏิบัติงานทำความสะอาด และเก็บขยะ หลีกเลียงการสัมผัสร่างกาย เช่น ใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยเฉพาะขณะสวมถุงมือ

12. จัดเตรียมกระดาษชำระ และสบู่เหลวสำหรับล้างมือ สำหรับใช้ในพื้นที่ส่วนกลางให้เพียงพอตลอดเวลา
13. ตรวจสอบความสะอาดของเครื่องปรับอากาศและควบคุมให้มีการระบายอากาศอย่าง เพียงพอโดยเฉพาะ บริเวณห้องปรับอากาศ เช่น ลิฟท์ ห้องน้ำ ห้องฟิตเนส
14. หากมีสระว่ายน้ำต้องควบคุมให้ปริมาณคลอรีนอิสระคงเหลือในน้ำอยู่ในช่วง 1-3 ppm ตลอดเวลา และติดป้ายเตือนให้อาบน้ำทุกครั้งก่อนลงสระว่ายน้ำ

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา (วัด โบสถ์ มัสยิด ศาลเจ้า)

1. คำแนะนำสำหรับผู้ดูแลสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา

- ผู้ดูแลควรให้ความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค แก่ผู้มาเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา เช่น โปสเตอร์เสี่ยงประชาสัมพันธ์การล้างมือที่ถูกวิธี และการสวมหน้ากากอนามัย ประชาสัมพันธ์หากพบว่าตนเองป่วย ให้งดการมาประกอบพิธีกรรมและพักผ่อนอยู่ที่บ้าน เป็นต้น
- จัดหาเจลล้างมือแอลกอฮอล์ และหน้ากากอนามัย บริเวณภายในศาสนสถาน เช่น ประตูทางเข้า ห้องสุขา จุดประชาสัมพันธ์จุดปฐมพยาบาล เป็นต้น
- จัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมาก เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู ไม้ตีสั่ง กระจกเขยิบซี่ ห้องน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ และบ่อยกว่าภาวะปกติ
- จัดจุดปฐมพยาบาลให้การดูแลรักษาเบื้องต้นแก่ผู้ป่วย โดยแยกผู้ป่วยออกจากกิจกรรมการรวมตัวนั้นรวมทั้งอำนวยความสะดวกในการส่งกลับไปรักษาตัวที่บ้านหรือโรงพยาบาล
- ควบคุมความแออัดของผู้เข้าร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เช่น กระจายมุมประกอบพิธีกรรม

2. สำหรับผู้เข้าร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนา

- ก่อนเข้าร่วมประกอบพิธีกรรมในศาสนสถาน ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล และควรปฏิบัติตามหลักสุขอนามัย
- ผู้ที่มีอาการป่วย เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก แม้จะมีอาการไม่มาก ควรให้งดการร่วมประกอบพิธีกรรม
- ไม่ใช้สิ่งของ เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อนอาหาร ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว เป็นต้น ร่วมกับผู้อื่น
- หากสังเกตเห็นผู้ร่วมประกอบพิธีกรรมมีอาการไอ จาม ผิดปกติ ควรแนะนำให้ผู้มีอาการติดต่อเจ้าหน้าที่เพื่อขอรับหน้ากากอนามัยมาสวม และแยกให้ห่างจากผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัดและอากาศถ่ายเทไม่ดีเป็นเวลานาน หรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้มีอาการ

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเป็นสถานที่ซึ่งมีเด็ก ครูหรือผู้ดูแลเด็ก ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงาน จำนวนมากอยู่รวมกันทำให้มีโอกาสเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้ง่าย ดังนั้นควรมีการดูแลเพื่อป้องกันและลดการแพร่กระจายของเชื้อโรคในบริเวณพื้นที่ต่าง ๆ ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก รวมทั้งให้คำแนะนำแก่ผู้บริหาร เจ้าของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ครูหรือผู้ดูแลเด็ก ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่และผู้ปฏิบัติงานร่วมกันดำเนินการเพื่อป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงในการสัมผัสโรค

1. คำแนะนำสำหรับผู้บริหาร เจ้าของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

1) **แจ้งให้ผู้ปกครองที่มีบุตรหลาน** มีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน หยุดเรียน รวมทั้งขอความร่วมมือกรณีที่มีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

2) **จัดให้มีการคัดกรองเด็กบริเวณทางเข้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก** และหากพบว่ามีเด็กป่วย หรือมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบให้ครูหรือผู้ดูแลเด็กแยกเด็กออกมา และแจ้ง ผู้ปกครองเพื่อพาไปพบแพทย์

3) จัดให้มีการดูแลอาคารสถานที่และยานพาหนะ ดังนี้

- ให้ทำความสะอาดห้องและบริเวณที่มีการใช้บริการร่วมกันทุกวัน ได้แก่ ห้องเรียน สถานที่สำหรับรับประทานอาหาร ห้องนอน ห้องเด็กเล่น ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด ทั้งนี้ให้ใช้ตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์นั้น

- กรณีที่มีรถ รับ-ส่ง เด็ก ก่อนและหลังให้บริการในแต่ละรอบ ให้เปิดหน้าต่างและประตูเพื่อถ่ายเท ระบายอากาศภายในรถออก และทำความสะอาดในจุดที่มีการสัมผัสบ่อย ได้แก่ ราวจับ ที่เปิดประตู เบาะนั่ง ที่เท้าแขน ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ เช็ดเช็ดด้วยแอลกอฮอล์ 70%

- ห้องที่มีการใช้บริการร่วมกัน ได้แก่ ห้องเรียน สถานที่สำหรับรับประทานอาหาร ห้องนอน ห้องเด็กเล่น ให้เปิดประตู หน้าต่างเพื่อระบายอากาศหากมีเครื่องปรับอากาศให้ทำความสะอาดระบบระบายอากาศอย่างสม่ำเสมอ

4) จัดให้มีการดูแลผู้สัมผัสอาหาร สถานที่ปรุงประกอบอาหาร สถานที่สำหรับรับประทานอาหาร ดังนี้

- ผู้สัมผัสอาหาร ไม่ไอ จามรดอาหาร และล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยสบู่และน้ำ ก่อนหยิบหรือจับอาหาร สวมหน้ากากขณะปฏิบัติงาน หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดงาน และพบแพทย์ทันที

- ปกปิดอาหาร ใช้ถุงมือและปากคีบหยิบจับอาหาร ไม่ใช้มือหยิบจับอาหารที่พร้อมรับประทานโดยตรง และจัดให้มีช้อนกลางเมื่อเสิร์ฟอาหารที่ต้องรับประทานร่วมกัน

- ทำความสะอาดจุดเสี่ยง เช่น ห้องครัว โต๊ะอาหาร ด้วยน้ำยาทำความสะอาด รวมถึงล้างภาชนะอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ให้สะอาดเป็นประจำทุกวัน

5) จัดให้มีการดูแลห้องส้วม ดังนี้

- ทำความสะอาดบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ได้แก่ พื้นห้องส้วม โถส้วม ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก ก๊อกน้ำ อ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ

- ชักผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วชักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งตากแดดให้แห้ง

6) ควบคุมดูแลครู เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงานในโรงเรียน ดังนี้

- กรณีผู้ปฏิบัติงานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงาน แจ้งหัวหน้างาน และพบแพทย์ทันทีหรือหากเคยไปในประเทศเสี่ยงตาม ประกาศกระทรวงสาธารณสุข หรืออยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

- ผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงต่อการได้รับเชื้อโรคต้องมีการป้องกันตนเองและทำความสะอาดมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และอาจใช้หน้ากากป้องกัน

- ผู้ปฏิบัติงานที่ดูแลทำความสะอาดและผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ให้ใช้หน้ากากอนามัย สวมถุงมือยาง ผ้ามasks กันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง และใช้ปากคีบตักขยะ และใส่ถุงขยะ ปิดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะแล้วล้างมือให้สะอาด ทุกครั้งภายหลังปฏิบัติงาน และเมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวันหากเป็นไปได้ ควร อาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

7) คำแนะนำสำหรับครูผู้ดูแลเด็ก ดังนี้

- ส่งเสริมให้เด็กและบุคลากรทุกคนล้างมืออย่างถูกวิธีด้วยสบู่และน้ำ หรือแอลกอฮอล์เจล ทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัส ใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

- หลีกเลี่ยงการพาเด็กไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก

- สอนเด็กไม่ให้ใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกัน และส่งเสริมให้เด็กมีของใช้ส่วนตัว เช่น แก้วน้ำ แปรงสีฟัน อุปกรณ์รับประทานอาหาร ผ้าเช็ดหน้า เป็นต้น

- หมั่นทำความสะอาดเครื่องเล่น/ของเล่น จุดสัมผัสเสี่ยงในบ้านเรือน เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได ห้องน้ำ เป็นต้น ด้วยน้ำยาทำความสะอาด และฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%

- ควรให้ความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ให้แก่เจ้าหน้าที่ บุคลากร และเด็ก เช่น สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง การใส่หน้ากากอนามัย คำแนะนำในการปฏิบัติตัว เป็นต้น

2. คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองในการดูแลบุตรหลาน

1) หากบุตรหลานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจาก พื้นที่เสี่ยง และอยู่ในช่วงกักกัน ให้หยุดเรียน กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัส โคโรนา 2019 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

- 2) ให้สมาชิกในครอบครัวล้างมือด้วยสบู่และน้ำ ก่อนรับประทานอาหาร หลังใช้ส้วม และ หลีกเลียงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และสร้างสุขนิสัยให้บุตรหลาน อาบน้ำหลังกลับจากโรงเรียน
- 3) หมั่นทำความสะอาดเครื่องเล่น ของเล่น ด้วยน้ำยาทำความสะอาด หรือเช็ดด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- 4) ไม่พาบุตรหลานไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก
- 5) จัดเตรียมอาหารที่ปรุงสุกใหม่ และเพิ่มผัก ผลไม้ ที่มีวิตามินซี

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับโรงเรียน

โรงเรียนเป็นสถานที่ซึ่งมีนักเรียน ครู ผู้ดูแลนักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงาน จำนวนมาก อยู่รวมกัน และมีโอกาสเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้ง่าย ดังนั้นควรมีการดูแล เพื่อป้องกันและลดการแพร่กระจายของเชื้อโรคในบริเวณพื้นที่ต่างๆ รวมทั้งให้คำแนะนำแก่ผู้บริหาร เจ้าของ โรงเรียน นักเรียน ครู ผู้ดูแลนักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงาน ร่วมกันดำเนินการเพื่อป้องกัน ตนเองและลดความเสี่ยงในการสัมผัสโรค

1. คำแนะนำสำหรับผู้บริหาร/ เจ้าของโรงเรียน

1) **แจ้งให้ผู้ปกครองที่มีบุตรหลาน** มีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบหรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน หยุดเรียน รวมทั้งขอความร่วมมือกรณีที่มีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

2) **จัดให้มีการคัดกรองนักเรียนบริเวณทางเข้าโรงเรียน** และหากพบว่ามึนักเรียนป่วย หรือมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้ครูแยกนักเรียนออกมา และแจ้งผู้ปกครองเพื่อพาไปพบแพทย์

3) จัดให้มีการดูแลอาคารสถานที่และยานพาหนะ ดังนี้

- ให้ทำความสะอาดห้องและบริเวณที่มีการใช้บริการร่วมกันทุกวัน ได้แก่ ห้องเรียน โรงอาหาร ห้องประชุม โรงยิม ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด ทั้งนี้ ให้ใช้ตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์นั้น

- กรณีที่มีรถ รับ-ส่ง นักเรียน ก่อนและหลังให้บริการในแต่ละรอบ ให้เปิดหน้าต่างและประตูเพื่อถ่ายเท ระบายอากาศภายในรถออก และทำความสะอาดในจุดที่มีการสัมผัสบ่อย ได้แก่ ราวจับ ที่เปิดประตู เบาะนั่งที่เท้าแขน ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%

- ห้องที่มีการใช้บริการร่วมกัน ได้แก่ ห้องเรียน โรงอาหาร ห้องประชุม โรงยิม ให้เปิดประตู หน้าต่างเพื่อระบายอากาศ หากมีเครื่องปรับอากาศให้ทำความสะอาดระบบระบายอากาศอย่างสม่ำเสมอ

4) จัดให้มีการดูแลร้านอาหาร การจำหน่ายอาหาร โรงอาหาร ดังนี้

- ผู้สัมผัสอาหาร ไม่ไอ จามรดอาหาร และล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยสบู่และน้ำก่อนหยิบหรือจับอาหาร สวมหน้ากากขณะปฏิบัติงาน หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบให้หยุดงาน และพบแพทย์ทันที

- ปกปิดอาหาร ใช้ถุงมือและปากคีบหยิบจับอาหาร ไม่ใช้มือหยิบจับอาหารที่พร้อม รับประทานโดยตรง และจัดให้มีช้อนกลางเมื่อเสิร์ฟอาหารที่ต้องรับประทานร่วมกัน

- ทำความสะอาดจุดเสี่ยง เช่น ห้องครัว โต๊ะอาหาร ด้วยน้ำยาทำความสะอาดรวมถึงล้างภาชนะอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ให้สะอาดเป็นประจำทุกวัน

5) จัดให้มีการดูแลห้องส้วม ดังนี้

- ทำความสะอาดบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ได้แก่ พื้นห้องส้วม โถส้วม ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก ก๊อกน้ำอ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ

- ชักผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งตากแดดให้แห้ง

6) ควบคุมดูแลครู เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงานในโรงเรียน ดังนี้

- กรณีผู้ปฏิบัติงานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบให้หยุดปฏิบัติงาน แจ้งหัวหน้างาน และพบแพทย์ทันทีหรือหากเคยไปในประเทศเสี่ยงตาม ประกาศกระทรวงสาธารณสุข หรืออยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

- ผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงต่อการได้รับเชื้อโรค ต้องมีการป้องกันตนเอง และทำความสะอาดมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และอาจใช้หน้ากากป้องกัน

- ผู้ปฏิบัติงานที่ดูแลทำความสะอาดและผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ให้ใช้หน้ากากอนามัย สวมถุงมือ ยางผ้า ยางกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง และใช้ปากคีบด้ามยาวเก็บขยะ และใส่ถุงขยะปิดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ แล้วล้างมือให้สะอาดทุกครั้งภายหลังปฏิบัติงาน และเมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

7) คำแนะนำสำหรับครู ผู้ดูแลนักเรียน ดังนี้

- ส่งเสริมให้นักเรียน เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงานทุกคนล้างมืออย่างถูกวิธีด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล ทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยง การใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

- สอนนักเรียนไม่ให้ใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกัน และส่งเสริมให้นักเรียนมีของใช้ส่วนตัว เช่น แก้วน้ำ แปรงสีฟัน อุปกรณ์รับประทานอาหาร ผ้าเช็ดหน้า เป็นต้น

- ควรให้ความรู้คำแนะนำหรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันและลดความเสี่ยงจาก การแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ให้แก่นักเรียน เช่น สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง การใส่หน้ากากอนามัย คำแนะนำในการปฏิบัติตัว เป็นต้น

2. คำแนะนำสำหรับนักเรียน

1) ถ้ามีอาการไอ จาม เป็นหวัด มีไข้ ให้หยุดเรียน

2) ไม่อยู่ใกล้ผู้ที่มีอาการหวัด มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก

3) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือแอลกอฮอล์เจลทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารและหลังใช้ส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

4) ให้นักเรียนเลือกกินอาหารปรุงสุกใหม่ ไม่ใช้ช้อน แก้วน้ำร่วมกัน และใช้ช้อนกลาง เมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น

5) หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก

6) ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินผัก ผลไม้ 5 สี เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และนอนหลับให้เพียงพอ 9-11 ชั่วโมง/วัน

3. คำแนะนำสำหรับผู้ปกครอง ในการดูแลบุตรหลานที่เป็นนักเรียน

1) หากบุตรหลานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบหรือกลับจากพื้นที่เสี่ยง และอยู่ในช่วงกักกันให้หยุดเรียน กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัส โควิด 2019 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

2) ให้สมาชิกในครอบครัวล้างมือด้วยสบู่และน้ำก่อนรับประทานอาหาร หลังใช้ส้วม และ หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และสร้างสุขนิสัยให้บุตรหลาน อาบน้ำหลังกลับจากโรงเรียน

3) ไม่พาบุตรหลานไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก

4) จัดเตรียมอาหารที่ปรุงสุกใหม่ และเพิ่มผัก ผลไม้ ที่มีวิตามินซี

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

สำหรับผู้ประกอบการ สถานที่ทำงาน

คำแนะนำสำหรับผู้ประกอบการ

- ผู้ประกอบการควรให้ความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคกับพนักงานในหน่วยงาน เช่น โปสเตอร์กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ การล้างมือที่ถูกต้อง และการสวมหน้ากากอนามัย เป็นต้น

- จัดหาสบู่ เจลล้างมือแอลกอฮอล์ หรือจัดสถานที่สำหรับล้างมือ และหน้ากากอนามัย ภายในสถานที่ทำงาน เช่น ประตูทางเข้าห้องทำงาน ประตูทางเข้าไลน์การผลิต ห้องสุขา เป็นต้น เพื่อให้บริการกับพนักงาน

- ควรมีห้องพยาบาลให้การดูแลรักษาเบื้องต้นแก่ผู้ป่วย เพื่อแยกผู้ป่วยออกจากสถานที่ทำงานหรือไลน์การผลิตที่มีคนรวมกันเป็นจำนวนมาก รวมทั้งอำนวยความสะดวกในการส่งกลับไปรักษาตัวที่บ้านหรือโรงพยาบาล

- เพิ่มความตระหนักให้กับพนักงาน และพนักงานทำความสะอาด ถึงความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อ โดยให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากอนามัยและถุงมือขณะปฏิบัติงาน และการดูแลทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้งานบ่อยๆ เช่น โต๊ะทำงาน คอมพิวเตอร์อุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการทำงาน รวมถึงอุปกรณ์ทำความสะอาดอื่นๆ

- รมณศรีให้พนักงานป้องกันตนเองโดยการล้างมือก่อนเข้าทำงาน และทุกครั้งสัมผัสอุปกรณ์สิ่งของเครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก

- จัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมากอย่างสม่ำเสมอ เช่น โต๊ะทำงาน คอมพิวเตอร์อุปกรณ์ต่างๆที่ใช้ในการทำงาน ที่จับประตูห้องน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์

- ระมัดระวังการเก็บขยะติดเชื้อ เช่น ทิชชูที่ผ่านการใช้แล้ว อาจปนเปื้อนสารคัดหลั่งของผู้บริโภค ก่อนทิ้งขยะติดเชื้อควรใส่ถุงปิดให้มิดชิด หรือทิ้งในถังขยะติดเชื้อ และล้างมือทำความสะอาด เพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค

- สำหรับสถานประกอบการที่มีพนักงานทำงานหนาแน่น (โรงงานที่มีไลน์การผลิต) ควรจัดให้มีการตรวจคัดกรองพนักงานทุกคนก่อนเข้าทำงาน หากพบพนักงานป่วย ควรพิจารณาให้หยุดรักษาตัวที่บ้าน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในสถานประกอบการ และหากมีอาการป่วยรุนแรงควรรีบไปพบแพทย์

- กรณีสถานประกอบการที่มีรถรับ-ส่งพนักงาน ให้ดำเนินการทำความสะอาดยานพาหนะบริเวณที่ สัมผัสกับผู้โดยสาร เช่น ราวจับ กลอนประตู เบาะนั่ง ที่เท้าแขน ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์ สามารถทำลายเชื้อไวรัสได้

- การพิจารณาปิดสถานประกอบการชั่วคราว หากพบผู้ป่วยเป็นจำนวนมาก เช่น การเลื่อนหรือยกเลิกไลน์การผลิตที่พบผู้ป่วยออกไปชั่วคราว เพื่อให้พนักงานหยุดพักรักษาตัวและลดการแพร่กระจายของ เชื้อโรค

คำแนะนำสำหรับบุคลากรในหน่วยงาน

- ก่อนไปทำงาน ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล เพื่อใช้สำหรับตนเองและเพื่อนร่วมงาน

- หากพบว่าตนเองมีอาการป่วย ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้าน หรือถ้ามีเหตุจำเป็นให้ต้องไปทำงานควรสวมหน้ากากอนามัย และหากไม่มีหน้ากากอนามัย ให้ขอหน้ากากอนามัยจากห้องพยาบาลในหน่วยงาน

- หากสังเกตเห็นเพื่อนร่วมงานมีอาการไอ จาม ผิดปกติ ให้แจ้งห้องพยาบาลเพื่อจัดหาหน้ากากอนามัย ให้พนักงาน หรือแนะนำให้บุคคลดังกล่าวสวมหน้ากากอนามัย

กรณีมีบุคลากรเดินทางไปประเทศที่พบการระบาด

- ติดตามรายชื่อประเทศหรือเมืองที่มีการระบาดก่อนวางแผนการเดินทาง โดยสามารถดูข้อมูลได้จาก เว็บไซต์ กรมควบคุมโรค <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/index.php>

- งดหรือเลื่อนการเดินทางโดยไม่จำเป็นไปยังประเทศหรือเมืองดังกล่าว

- หากหลีกเลี่ยงการเดินทางไม่ได้ ควรมีประกันสุขภาพระหว่างการเดินทางไปต่างประเทศ

- เมื่อเดินทางไปต่างประเทศหรือเมืองที่มีการระบาด ควรใส่หน้ากากอนามัย หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ แออัด หรือคนพลุกพล่าน และปฏิบัติตามคำแนะนำของประเทศนั้นๆ อย่างเคร่งครัด

- ระหว่างการเดินทาง หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ หรือมีน้ำมูก ควรไปพบแพทย์ทันทีเพื่อรับการตรวจ วินิจฉัย และรักษาอย่างถูกต้อง พร้อมขอใบรับรองแพทย์หากไม่ได้ป่วยด้วย COVID-19

- เมื่อจะเดินทางกลับประเทศไทย หากมีอาการป่วยก่อนโดยสารเครื่องบิน ต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่สายการบิน ทราบล่วงหน้าเพื่อประเมินความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายเชื้อ ท่านอาจไม่ได้รับการพิจารณาให้ขึ้นเครื่องบิน หากมีอาการป่วยอยู่และไม่มีใบรับรองแพทย์

- เมื่อเดินทางกลับเข้าประเทศไทย

○ ให้ความร่วมมือกับการตรวจคัดกรองที่ด่านควบคุมโรคระหว่างประเทศ และแจ้งให้เจ้าหน้าที่ ทราบทันที หากมีอาการป่วย

○ สังเกตอาการป่วยและวัดไข้ตนเองทุกวัน เป็นเวลา 14 วันหลังกลับจากพื้นที่ที่พบการระบาด

○ ระหว่าง 14 วันที่สังเกตอาการ ให้แยกเครื่องใช้ส่วนตัว ไม่รับประทานอาหาร หรือ พูดคุยใกล้ชิด กับผู้อื่น งดการไปร่วมกิจกรรมที่มีคนจำนวนมาก งดการเข้าประชุม การไปสถานที่ที่ คนพลุกพล่าน เช่น ตลาด ห้างสรรพสินค้า ควรอยู่ในที่พักอาศัยเป็นหลัก และเดินทางออก นอกบ้านเท่าที่มีความจำเป็น

○ ทั้งนี้การให้หยุดงาน ลางาน หรือทำงานจากบ้าน ให้พิจารณาตามความเหมาะสมของแต่ละ หน่วยงาน

○ หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ หรือมีน้ำมูก ภายใน 14 วันหลังกลับจากพื้นที่ที่พบการระบาด ควรไปพบแพทย์ ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทางให้เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลทราบ

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับผู้ประกอบการขนาดแผนไทย นวดสปา นวดเพื่อสุขภาพ

1. ผู้ประกอบการควรให้ข้อมูลความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกัน การแพร่กระจายเชื้อโรคกับผู้ใช้บริการ รวมทั้งพนักงานในร้าน เช่น โปสเตอร์ป้ายประกาศ แนะนำ ให้อ้างมือ และสวมหน้ากากอนามัย
2. จัดสถานที่ในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค เช่น
 - จัดอ่างล้างมือพร้อมสบู่ เจลล้างมือแอลกอฮอล์และหน้ากากอนามัย ประจำจุดที่ใช้ร่วมกัน เช่น ห้องน้ำ ห้องอาหาร ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องพักผ่อน เพื่อให้บริการกับผู้ใช้บริการรวมถึง พนักงานในร้าน
 - ทำความสะอาดสถานที่ อุปกรณ์เครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได เก้าอี้ นวด เบาะนวด ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์ อย่างน้อยวันละ 1-2 ครั้งหรือทุกครั้งหลังมีผู้ใช้บริการ
 - ซักล้างทำความสะอาด หรือเปลี่ยนอุปกรณ์หรือสิ่งของที่ให้บริการอย่างถูกสุขลักษณะทุกครั้ง หลังให้บริการ เช่น ผ้าเช็ดหน้า ปลอกหมอน ผ้าปูเตียง เสื้อผ้า เป็นต้น
3. เพิ่มความตระหนักให้กับพนักงานผู้ให้บริการ และพนักงานทำความสะอาดถึงความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อ โดยให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากอนามัยหรือถุงมือขณะปฏิบัติงานและการดูแลสุขภาพส่วนบุคคล เช่น ล้างมือก่อนและหลังปฏิบัติงาน และทุกครั้ง ที่สัมผัสอุปกรณ์สิ่งของเครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก
4. ควรมีการจัดการขยะติดเชื้อ สิ่งปฏิกูล และน้ำเสียที่เหมาะสมระมัดระวังการเก็บขยะ เช่น ผ้าหรือ ทิชชูที่ผ่านการใช้แล้ว อาจปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลายของผู้รับบริการเป็นต้น ก่อนทิ้งขยะติดเชื้อควรใส่ถุง ปิดให้มิดชิดหรือทิ้งในถังขยะติดเชื้อ และล้างมือทำความสะอาดเพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค
5. สำหรับสถานประกอบการที่มีลูกจ้างหนาแน่นควรจัดให้มีการตรวจคัดกรองลูกจ้างทุกคนก่อนเข้าทำงาน หากลูกจ้างป่วย ควรพิจารณาให้หยุดรักษาตัวที่บ้านเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในสถานประกอบการและหากมีอาการป่วยรุนแรงควรรีบไปพบแพทย์

คำแนะนำสำหรับพนักงานผู้ให้บริการ

1. ควรป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วยการสังเกตอาการทางสุขภาพของแขกที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ควรแนะนำให้แขกสวมหน้ากากอนามัยและไปพบ แพทย์ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง
2. ระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิดขณะปฏิบัติหน้าที่ ควรสวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งใกล้ชิดกับผู้ใช้บริการ หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก หากมีอาการป่วย ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่นเช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ เป็นต้น และควรรีบไปพบแพทย์พร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสคลุกคลีกับผู้ป่วยให้เจ้าหน้าที่ ทราบเพื่อรับการตรวจวินิจฉัยและรักษาต่อไป

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับผู้ประกอบการแท็กซี่ หรือรถโดยสารไม่ประจำทาง
(รถตู้เช่า, รถบัสเช่า, รถเช่าที่สนามบิน) ทั้งบริษัทและส่วนบุคคล

1. คำแนะนำสำหรับผู้ประกอบการแท็กซี่ หรือรถโดยสารไม่ประจำ (รถตู้เช่า, รถบัสเช่า, รถเช่าที่สนามบิน) ทั้งบริษัทและส่วนบุคคล

1.1 ด้านยานพาหนะ

- ดูแลความสะอาดของสถานที่ให้บริการเช่ารถ โดยเฉพาะเคาน์เตอร์ที่ให้บริการเช่ารถ ห้องสุขา สถานที่จำหน่ายอาหาร(ถ้ามี) และควรมีการทำความสะอาดด้วยผงซักฟอก น้ำยาฟอกขาว หรือ 70% แอลกอฮอล์บ่อยๆ
- ทำความสะอาดยานพาหนะทุกเที่ยวหลังมีการให้บริการ เน้นการเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวที่ผู้โดยสารสัมผัสบ่อยๆ เช่น ที่จับบริเวณประตู ที่จับเหนือหัวผู้โดยสาร แคนดมอเตอร์ไซค์เบาะนั่ง ที่เท้าแขน กระจกภายในรถ เป็นต้น โดยทำความสะอาดด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์สามารถทาลายเชื้อไวรัสได้
- จัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล เพื่อให้บริการแก่พนักงาน (ผู้ขับขี่รถ) รวมถึงให้บริการผู้โดยสารด้วย

1.2 ด้านบุคลากร

- ผู้ประกอบการควรมอบหมายให้มีฝ่ายบุคคลหรือผู้รับผิดชอบงานด้านบุคลากร เพื่อทำหน้าที่ติดตามข่าวสารเผยแพร่ความรู้และคำแนะนำในการปฏิบัติตนแก่บุคลากรในองค์กร
- ตรวจสอบสุขภาพพนักงานผู้ให้บริการบนยานพาหนะประจำ าย
- ขณะปฏิบัติงานผู้ขับขี่ประจำยานพาหนะควรสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันการติดเชื้อ และควรล้างทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หรือน้ำสบู่บ่อยๆ
- สำหรับผู้ขับขี่รถแท็กซี่ หรือรถยนต์ สามารถลดกระจกหน้าต่างลงเล็กน้อยเพื่อให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก
- จัดหาสื่อความรู้ประชาสัมพันธ์ และให้คำแนะนำการปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วย ให้แก่ผู้ขับขี่ประจำยานพาหนะหรือเจ้าหน้าที่ของหน่วยงาน
- สังเกตอาการป่วยของพนักงาน หากพบว่ามีอาการป่วย หรือสงสัยว่าตนเองจะติดเชื้อให้รายงานกับฝ่ายบุคคล เพื่อพิจารณาหยุดงานจนกว่าจะหายเป็นปกติ

1.3 ด้านการบริการ

- เมื่อพบผู้โดยสารมีอาการป่วย ไอ จาม หรือมีน้ำมูก ให้ขอความร่วมมือผู้โดยสารสวมหน้ากากอนามัย
- จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ในการล้างมือเช่น เจลแอลกอฮอล์หน้ากอกอนามัย เพื่อสำรองให้กับผู้โดยสารที่มารับบริการ (ถ้าเป็นไปได้)

2. คำแนะนำสำหรับผู้รับบริการ (ผู้โดยสาร)

- ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล เพื่อใช้สำหรับตนเองในระหว่างโดยสาร

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

สำหรับระบบขนส่งสาธารณะภายในประเทศ

1. คำแนะนำสำหรับผู้ประกอบการขนส่งสาธารณะ

1.1 ด้านอาคารสถานที่และยานพาหนะ

- ดูแลความสะอาดของสถานที่ให้บริการ โดยเฉพาะห้องสุขา สถานที่จำหน่ายอาหาร สถานที่จำหน่ายตั๋วโดยสาร และควรมีการฆ่าเชื้ออย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อย ทุก 2 ชั่วโมง และให้ถี่มากขึ้นในช่วงเวลาที่มีผู้โดยสารแออัด
- ทำความสะอาดยานพาหนะทุกเที่ยวที่มีการให้บริการ เน้นการเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวที่ผู้โดยสารสัมผัสบ่อยๆ เช่น ราวจับในรถโดยสาร ที่จับบริเวณประตู เบาะนั่ง ที่เท้าแขนด้วยน้ำผงซักฟอก หรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์ สามารถทำลายเชื้อไวรัสได้
- ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่มีผู้โดยสารใช้ร่วมกัน เช่น ปุ่มกดตู้จำหน่ายตั๋ว ปุ่มกดตู้จำหน่ายเครื่องดื่ม เป็นต้น
- จัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล เพื่อให้บริการแก่ผู้โดยสารรวมถึงพนักงาน ในพื้นที่ส่วนกลาง และอุปกรณ์ที่มีการใช้งานร่วมกัน เช่น บริเวณทางเข้ายานพาหนะ อุปกรณ์จำหน่ายตั๋ว ราวจับราวบันไดเลื่อน ปุ่มกดลิฟต์ เป็นต้น

1.2 ด้านบุคลากร

- ผู้ประกอบการควรมอบหมายให้มีฝ่ายบุคคลหรือผู้รับผิดชอบงานด้านบุคลากร เพื่อทำหน้าที่ติดตามข่าวสาร เผยแพร่ความรู้และคำแนะนำในการปฏิบัติตนแก่บุคลากรในองค์กร
- ตรวจสอบสุขภาพพนักงานผู้ให้บริการบนยานพาหนะประจำปี
- ขณะปฏิบัติงานผู้ขับขี่และพนักงานประจำยานพาหนะ ควรสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันการติดเชื้อ และควรล้างทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หรือน้ำสบู่บ่อยๆ สำหรับผู้ขับขี่รถแท็กซี่ หากไม่มีผู้โดยสาร ไม่จำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัย และจัดหาสื่อความรู้และการปฏิบัติตนเมื่อเจ็บป่วยแก่เจ้าหน้าที่
- สังเกตอาการป่วยของผู้ใช้บริการ และบุคลากรในสังกัด หากพบว่ามีอาการป่วย หรือสงสัยว่าตนเอง จะติดเชื้อให้รายงานกับฝ่ายบุคคล เพื่อพิจารณาหยุดงานจนกว่าจะหายเป็นปกติ

1.3 ด้านการบริการ

- เพิ่มช่องทางการจำหน่ายตั๋วโดยสาร เพื่อลดความแออัดบริเวณที่จำหน่ายตั๋ว เช่น การจำหน่ายตั๋วโดยสารออนไลน์
- เมื่อพบผู้โดยสารมีอาการป่วย ไอ จาม หรือมีน้ำมูก ให้ขอความร่วมมือผู้โดยสารสวมหน้ากากอนามัยที่จัดไว้
- ประชาสัมพันธ์และให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่ของหน่วยงานเกี่ยวกับการเกิด การติดต่อ และการป้องกันอย่างถูกต้อง
- จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ในการล้างมือ ให้เพียงพอกับผู้โดยสาร (ถ้าเป็นไปได้)

2. คำแนะนำสำหรับผู้โดยสาร

- ก่อนเดินทาง ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล เพื่อใช้สำหรับตนเองและเพื่อนร่วมทาง
- หากมีอาการป่วย ระหว่างเดินทางและไม่มีหน้ากากอนามัย ให้แจ้งและขอหน้ากากอนามัยจากพนักงาน
- หากสังเกตเห็นผู้โดยสารมีอาการไอ จาม ผิดปกติ ให้แจ้งพนักงานเพื่อจัดหาหน้ากากอนามัยให้ผู้โดยสาร

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับโรงมหรสพ

โรงมหรสพ เป็นอาคารที่ใช้เป็นสถานที่สำหรับฉายภาพยนตร์ แสดงละคร แสดงดนตรี หรือการแสดงรื่นเริงอื่นใดที่มีวัตถุประสงค์เพื่อเปิดให้สาธารณชนเข้าชมการแสดงนั้น โรงมหรสพจึงเป็นสถานที่ที่มีคนจำนวนมากอยู่รวมกันหรือมีการใช้ประโยชน์ร่วมกันในช่วงระยะเวลาหนึ่ง จึงควรมีมาตรการดูแลเพื่อป้องกันและลดการแพร่กระจายของเชื้อโรคในบริเวณต่างๆ ได้แก่ อาคาร สิ่งอำนวยความสะดวกอุปกรณ์สิ่งของ หรือเครื่องใช้ที่มีการใช้ร่วมกันของผู้เข้าชมและผู้ปฏิบัติงาน ดังนี้

1. คำแนะนำสำหรับเจ้าของ ผู้บริหาร หรือผู้จัดการโรงมหรสพ

1.1 ควบคุมดูแลสุขลักษณะอาคาร สิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์สิ่งของ เครื่องใช้ให้สะอาดไม่เป็นแหล่งแพร่กระจายเชื้อโรค

- จัดให้มีระบบการระบายอากาศภายในอาคารที่เหมาะสม และทำความสะอาดระบบระบายอากาศอย่างสม่ำเสมอ

- เพิ่มประสิทธิภาพระบบทำความสะอาดและฆ่าเชื้อของห้องจัดแสดงมหรสพ โดยถูกรอบหลังเสร็จสิ้นการแสดงต้องจัดให้มีการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ โดยเฉพาะจุดเสี่ยงที่มีการใช้งานร่วมกัน เช่น เบาะที่นั่งและที่พนักแขน เป็นต้น และในแต่ละวันก่อนเปิดให้บริการต้องมีการทำความสะอาด ดูดฝุ่น และฆ่าเชื้อรวมถึงซักทำความสะอาดพรม เบาะที่นั่งทุกเดือน

- ทำความสะอาดพื้นที่อื่นๆ สิ่งอำนวยความสะดวก อุปกรณ์ เครื่องใช้ หรือจุดที่มีการใช้งานร่วมกัน ซึ่งอาจเป็นแหล่งที่มีการแพร่กระจายเชื้อโรค โดยเฉพาะบริเวณจุดจำหน่ายตั๋ว ราวจับหรือราวบันได พื้นที่นั่งรอปุ่มกดลิฟต์ ส้วม เป็นต้น อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ทั้งนี้ ควรทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือสารฆ่าเชื้อ เช่น แอลกอฮอล์ 70% สารฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของคลอรีน เป็นต้น โดยให้ใช้ตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์นั้น

- ควรจัดให้มีระบบการคัดกรองเบื้องต้นโดยสังเกตผู้มีอาการทางเดินหายใจ ไอ จาม หรือมีน้ำมูกเพื่อให้คำแนะนำแยกตัวจากผู้อื่น และสวมหน้ากากอนามัย รวมถึงจัดให้มีมาตรการตรวจสอบความสะอาดของโรงมหรสพ โดยกำหนดผู้รับผิดชอบในการตรวจสอบที่ชัดเจน มีระบบรายงานและเปิดเผยให้ผู้เข้าชมทราบ

1.2 จัดให้มีอุปกรณ์ทำความสะอาดและอุปกรณ์ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค

- จัดให้มีจุดบริการแอลกอฮอล์เจลสำหรับทำความสะอาดมือไว้ในบริเวณพื้นเสี่ยงหรือพื้นที่ที่มีการใช้งานร่วมกัน เช่น จุดจำหน่ายตั๋ว จุดตรวจสอบตั๋ว ทางเข้าโรงมหรสพ ห้องส้วม หรือหน้าลิฟต์ เป็นต้น

- จัดให้มีอุปกรณ์และน้ำยาในการทำสะอาดอย่างเพียงพอ เช่น อุปกรณ์ดูดฝุ่น ผ้าหรือไม้ถูพื้นสำหรับเช็ดทำความสะอาด เหล็กคีบด้ามยาวสำหรับเก็บขยะ ถังเก็บรวบรวมขยะ น้ำยาทำความสะอาดและสารฆ่าเชื้อโรค รวมถึงดูแลบริเวณอ่างล้างมือและห้องส้วมให้สะอาด และจัดให้มีสบู่สำหรับล้างมืออย่างเพียงพอ

1.3 กรณีมีร้านอาหารหรือมีการจำหน่ายอาหาร ต้องดำเนินการให้ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาล

โดยเฉพาะจุดเสี่ยงหลักได้แก่ บริเวณปรุงประกอบอาหาร โต๊ะ แก้ว ผู้สัมผัสอาหารและผู้รับบริการ

- ผู้สัมผัสอาหารมีการป้องกันตนเองและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค เช่น สวมหน้ากากอนามัยขณะปฏิบัติงาน ล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยน้ำและสบู่ หรือทุกครั้งสัมผัสอุปกรณ์ สิ่งของ เครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก

- ทำความสะอาดจุดเสี่ยง เช่น โต๊ะบริการอาหาร โต๊ะรับประทานอาหาร เป็นต้น ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและสารฆ่าเชื้อโรคอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงล้างภาชนะอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ให้สะอาดและฆ่าเชื้อทุกครั้ง
- จัดบริการอาหารโดยเน้นการป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น ปกปิดอาหารด้วยภาชนะที่สะอาด

1.4 การให้ความรู้ คำแนะนำ และสื่อสารประชาสัมพันธ์

- เจ้าของ ผู้บริหาร หรือผู้จัดการโรงแรมหรือรีสอร์ท ควรให้ความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและการลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19 ให้กับผู้ปฏิบัติงานและผู้เข้าชมหรือแขก เช่น การแนะนำสุขอนามัยส่วนบุคคล รวมถึงวิธีการสังเกตผู้สงสัยติดเชื้อ COVID-19 การล้างมือที่ถูกต้อง การใช้หน้ากากอนามัย เป็นต้น

2. คำแนะนำสำหรับผู้ปฏิบัติงานในโรงแรมหรือรีสอร์ท

2.1 ผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงต่อการได้รับเชื้อโรค เช่น พนักงานตรวจตั๋ว พนักงานขายตั๋ว พนักงานจำหน่ายอาหาร พนักงานทำความสะอาด เป็นต้น ต้องมีการป้องกันตนเองโดยการใช้น้ำยาทำความสะอาดมือให้สะอาดบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือแอลกอฮอล์เจล หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

2.2 เพื่อป้องกันเชื้อโรคในเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย ที่อาจปนเปื้อนมากับกระดาษเช็ดปาก กระดาษชำระ ให้พนักงานทำความสะอาด พนักงานเก็บขยะมูลฝอยใช้น้ำยาทำความสะอาด สวมถุงมือยาง และใช้ปากคีบคีบขยะมูลฝอย และใส่ถุงขยะปิดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ แล้วล้างมือให้สะอาดทุกครั้งภายหลังปฏิบัติงาน

2.3 กรณีผู้ปฏิบัติงานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงานให้แจ้งหัวหน้างานและพบแพทย์ทันที

3. คำแนะนำสำหรับผู้เข้าชมหรือแขก

3.1 หากสงสัยว่าตนเองมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือหายใจเหนื่อยหอบ หรือมีประวัติเดินทางหรือสัมผัสกับคนที่ไปพื้นที่เสี่ยง (ติดตามจากเว็บไซต์กรมควบคุมโรค) ควรงดการเข้าชมหรือแขก เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค

3.2 ระหว่างเข้าชมหรือแขก หลีกเลี่ยงการสัมผัสจุดเสี่ยงหรือสิ่งของที่อาจปนเปื้อนนํมูก น้ำลายของผู้อื่นและไม่ใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ทุกครั้ง ก่อนรับประทานอาหาร หลังใช้ส้วม หรือหลังจากไอ จาม หรือหลังสัมผัสจุดเสี่ยงที่มีการใช้งานร่วมกัน

3.3 หลังเสร็จสิ้นจากการเข้าชมหรือแขก ให้ติดตามสังเกตอาการตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หายใจเหนื่อยหอบ ต้องไปพบแพทย์ทันที

4. คำแนะนำกรณีมีนักแสดง นักดนตรีหรือผู้เกี่ยวข้อง

หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือหายใจเหนื่อยหอบ หรือมีประวัติเดินทางหรือสัมผัสกับคนที่ไปพื้นที่เสี่ยง (ติดตามจากเว็บไซต์กรมควบคุมโรค) ควรงดการแสดง เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค

ที่มา : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
สำหรับการตรวจเลือกทหารกองเกินเข้ากองประจำการ (การเกณฑ์ทหาร)

1. สำหรับเจ้าหน้าที่สัสดี

- จัดหาหรือจัดทำสื่อประชาสัมพันธ์คำแนะนำการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ให้เข้ารับเกณฑ์ ทหาร ทราบข้อมูล
- จัดเตรียมสถานที่คัดเลือกให้กว้างขวางเพียงพอให้ผู้คัดเลือก ยืนหรือนั่งห่างกัน อย่างน้อย 1 เมตร ระหว่าง รอหรือระหว่างทำการตรวจคัดเลือก
- จัดเตรียมสถานที่ให้ญาติของผู้ที่มาคัดเลือกให้เพียงพอ และไม่แออัด
- จัดระบบการตรวจและคัดเลือกให้รวดเร็ว เพื่อลดความแออัดของผู้เข้ารับการเกณฑ์ทหารและญาติ
- จัดหาเจลล้างมือแอลกอฮอล์ และหน้ากากอนามัย ให้เพียงพอ โดยเฉพาะในบริเวณที่มีการใช้งาน ร่วมกันจำนวนมาก เช่น จุดลงทะเบียน จุดตรวจร่างกาย หอประชุม เป็นต้น
- จัดให้มีระบบการคัดกรองผู้มีอาการทางเดินหายใจ หากผู้ใดมีอาการป่วย มีไข้ ร่วมกับอาการทางเดิน หายใจ อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หายใจเร็วหรือหายใจเหนื่อย หรือหายใจลำบาก และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิด กับผู้ป่วยยืนยันในช่วง 14 วัน ก่อนมีอาการ ให้แยกตัวจากผู้อื่น หากพบผู้มีอาการขอให้ผู้มีอาการสวมหน้ากากอนามัย ทันที
- จัดจุดปฐมพยาบาลให้การดูแลรักษาเบื้องต้นแก่ผู้ป่วย จัดพื้นที่รองรับการแยกผู้ป่วยออกจากกิจกรรม รวมทั้งอำนวยความสะดวกในการส่งกลับไปรักษาตัวที่บ้านหรือโรงพยาบาล
- จัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมาก เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู หอน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ
- หากเจ้าหน้าที่ มีอาการป่วย มีไข้ ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ไอ น้ำมูก เจ็บ คอ หายใจเร็วหรือหายใจเหนื่อย หรือหายใจลำบาก และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย ให้แจ้ง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/ เสนารักษ์ และไปพบแพทย์ หากไม่พบเชื้อ ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้าน และ ปฏิบัติตนตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด จนกว่าจะหายเป็นปกติ

2. สำหรับผู้เข้ารับการเกณฑ์ทหาร

- ก่อนเข้ารับการตรวจคัดเลือก ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล และควรปฏิบัติตามหลัก สุขอนามัยอย่างเคร่งครัด
- หากสงสัยว่าตนเองป่วยควรแจ้งเจ้าหน้าที่เพื่อแยกตัวจากผู้อื่น
- หากสังเกตเห็นผู้อื่นมีอาการไอ จาม ผิดปกติ ควรแนะนำให้ผู้มีอาการติดต่อเจ้าหน้าที่ เพื่อขอรับหน้ากาก อนามัยมาสวมและแยกตัวออกจากผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้มีอาการของโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก เป็นต้น

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับการทำความสะอาดสิ่งแวดล้อมสาธารณะ

สิ่งแวดล้อม เป็นสถานที่ที่ประชาชนต้องเข้าไปใช้บริการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เช่น ในปั๊มน้ำมัน โรงเรียน โรงพยาบาล สถานขนส่ง ห้างสรรพสินค้า ซึ่งเป็นแหล่งที่มีการปนเปื้อนและแพร่กระจายเชื้อโรคได้ง่ายและมีจุดเสี่ยง ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตูฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก และกอน้ำ อ่างล้างมือ ทำให้ต้องดูแลทำความสะอาดมากเป็นพิเศษ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค จึงมีคำแนะนำสำหรับผู้ทำความสะอาดและผู้กำกับดูแล ดังนี้

1. การเตรียมอุปกรณ์และน้ำยาในการทำความสะอาด

- ผ้าหรือไม้ถูพื้นสำหรับเช็ดทำความสะอาด อย่างน้อย 2 ชุด สำหรับพื้นที่สกปรกมาก (เช่น โถส้วม พื้นห้องส้วม) และพื้นที่สกปรกน้อย (เช่น อ่างล้างมือ)
- เหล็กคีบด้ามยาวสำหรับเก็บขยะ และถุงเก็บรวบรวมขยะ
- น้ำยาทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น น้ำยาล้างห้องน้ำ น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วน ในน้ำ 9 ส่วน (ความเข้มข้น 0.5%) ราวครึ่งชั่วโมงอย่างน้อย 15 นาที และแอลกอฮอล์ 70% ทั้งนี้ให้ใช้ตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์นั้น

2. การทำความสะอาดบริเวณที่อาจมีการปนเปื้อนหรือบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ ซึ่งอาจเป็นแหล่งมีการแพร่กระจายเชื้อโรค ได้แก่ พื้นห้องส้วม โถส้วม ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก กอน้ำอ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อจากนั้นให้ซักผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งให้แห้ง ความถี่ไม่น้อยกว่า 2 ชั่วโมงต่อ 1 ครั้ง

3. ผู้ปฏิบัติงานให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง จากการรับเชื้อและเป็นแหล่งแพร่กระจายของเชื้อโรค รวมทั้งป้องกันตนเองจากสารเคมีที่ไต่ระหว่างปฏิบัติงาน จึงควรสวมชุดอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลขณะปฏิบัติงาน เช่น ใช้หน้ากากอนามัย สวมถุงมือยาง ผ่าอย่างกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น หลังจากเสร็จสิ้นการปฏิบัติงานในแต่ละครั้ง ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ และเมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

ที่มา : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

แนวทางการทำความสะอาดฆ่าเชื้อในสถานที่ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล

สารทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ

เนื่องจากเชื้อไวรัสสามารถอยู่บนพื้นผิวของวัตถุต่าง ๆ เป็นเวลา 1 – 3 วัน พื้นผิวที่อาจสัมผัสปนเปื้อนเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จึงต้องได้รับการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ โดยใช้น้ำยาฆ่าเชื้อที่มีประสิทธิภาพในการทำลายเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ที่หาได้ง่ายตามท้องตลาด ดังนี้

- 1) น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้ โดยผสมในอัตราส่วนดังนี้
 - **พื้นผิวทั่วไป** ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 99 ส่วน (ความเข้มข้น 0.05% หรือเท่ากับ 500 ppm)
 - **พื้นผิวที่มัน้ำมูก** น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่งของผู้ป่วย เช่น ห้องสุขา โถส้วม ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 9 ส่วน (ความเข้มข้น 0.5%) ราดทิ้งไว้อย่างน้อย 15 นาที

2) สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ สามารถใช้ 70% แอลกอฮอล์ทำความสะอาดได้

3) สิ่งแวดล้อมที่เป็นวัสดุผ้า ที่อาจปนเปื้อนด้วยเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เช่น เสื้อผ้า ผ้า màn ผ้าปูที่นอน ควรทำความสะอาดก่อนนำกลับมาใช้ใหม่ โดยใช้น้ำที่อุณหภูมิ 70 องศาเซลเซียสและผงซักฟอกในครีวเรือนได้

แนวทางการทำความสะอาดสำหรับพื้นที่สัมผัสเชื้อ COVID-19 ในสถานที่ที่ไม่ใช่สถานพยาบาล

1) ควรปิดกั้นบริเวณพื้นที่หรือพื้นผิว ที่ปนเปื้อนเชื้อก่อนดำเนินการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ เพื่อป้องกันไม่ให้บุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องสัมผัสกับเชื้อ

2) ควรสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล (PPE) ที่เหมาะสม ขณะทำความสะอาดพื้นที่หรือพื้นผิวที่ปนเปื้อนเชื้อ ระหว่างทำความสะอาด หากถุงมือชำรุดเสียหายมีรอยร้าว ให้ถอดถุงมือออก และสวมถุงมือคู่มือใหม่ทันที ควรกำจัดและทิ้ง PPE แบบใช้แล้วทิ้งหลังจากทำความสะอาดเสร็จสิ้น ในกรณีที่ใส่แว่นตา Goggles ควรทำการฆ่าเชื้อหลังการใช้แต่ละครั้ง และควรล้างมือด้วยสบู่และน้ำทันทีหลังจากถอด PPE

3) เลือกใช้อุปกรณ์ทำความสะอาดที่มีด้ามจับ เพื่อสัมผัสโดยตรงกับพื้นผิวให้น้อยที่สุด

4) เปิดประตู หน้าต่าง เพื่อการระบายอากาศ เมื่อใช้น้ำยาฆ่าเชื้อหรือน้ำยาฟอกขาว

5) ทำความสะอาดพื้นด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อหรือน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้

6) เช็ดทำความสะอาด บริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ (เช่น ปุ่มกด, ราวจับ, ลูกบิดประตู, ที่วางแขน, พนักพิงที่นั่ง, โต๊ะ, รีโมท, คีย์บอร์ด, สวิตช์ไฟ, ฯลฯ) เปิดประตูหน้าต่างให้อากาศถ่ายเท

7) ทำความสะอาดห้องน้ำ รวมถึงสุขภัณฑ์ และพื้นผิวในห้องน้ำโดยการราดน้ำยาฟอกขาวทิ้งไว้ อย่างน้อย 15 นาที แล้วล้างทำความสะอาดพื้นอีกครั้งด้วยผงซักฟอกหรือน้ำยาล้างห้องน้ำตามปกติ

8) เช็ดพื้นผิวทั้งหมดที่อาจปนเปื้อนด้วยน้ำยาฟอกขาว หรือ 70% แอลกอฮอล์ ตามความเหมาะสมของวัสดุ

9) ซักทำความสะอาด ผ้า màn / ผ้าห่ม กรณีที่ซักด้วยน้ำร้อน ใช้ผงซักฟอกในน้ำที่อุณหภูมิ 70 องศาเซลเซียส เป็นเวลาอย่างน้อย 25 นาที

10) ทิ้งอุปกรณ์ทำความสะอาดที่ทำจากผ้าและวัสดุดูดซับ เช่น ผ้าถูพื้น ผ้าเช็ด หลังจากทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในแต่ละพื้นที่ โดยสวมถุงมือ และนำอุปกรณ์ทิ้งใส่ถุงขยะติดเชื้อ รัดปากถุงให้มิดชิด

11) ทำการฆ่าเชื้ออุปกรณ์ทำความสะอาดที่ต้องนำกลับมาใช้ใหม่ โดยการแช่น้ำยาฟอกขาว

12) ทำความสะอาดถังพื้น โดยแช่น้ำยาฟอกขาวหรือล้างในน้ำร้อน

13) การทำความสะอาดพื้นผิว ให้ใช้ผ้าชุบน้ำหมาด ๆ ไม่ควรพ่นด้วยสเปรย์เนื่องจากจะเป็นการสร้างละอองทำให้เสมหะ น้ำมูก น้ำลายที่ตกอยู่บนพื้นผิวฟุ้งกระจายขึ้นมาได้ ควรหลีกเลี่ยงการสร้างละอองในระหว่างการทำความสะอาด ควรใช้วิธีการเช็ดอย่างต่อเนื่องเมื่อทำความสะอาดพื้นหรือพื้นผิวในแนวนอนแทน

14) เมื่อทำความสะอาดเรียบร้อยแล้ว หลีกเลี่ยงการใช้พื้นที่ในวันถัดไปเป็นเวลา 1 วัน

15) ทำการกำจัดขยะติดเชื้ออย่างถูกต้องและเหมาะสม

อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล (PPE) สำหรับผู้ที่ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อโรค

1) ควรสวมถุงมือชนิดใช้แล้วทิ้ง ชุดกันเปื้อนแขนยาวพลาสติกชนิดใช้แล้วทิ้ง แว่นตากันลม หรือเครื่องป้องกันใบหน้า และหน้ากากอนามัยทางการแพทย์

2) ขณะทำความสะอาด หลีกเลี่ยงการสัมผัส ดวงตา จมูก และปาก

3) ควรถอดถุงมือและทิ้งทันที หากชำรุดเสียหายมีรอยร้าว และสวมถุงมือคู่มือใหม่

4) ควรล้างมือด้วยสบู่และน้ำทันทีหลังจากถอด PPE แต่ละชิ้นออกหลังจากทำความสะอาด

ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

การเตรียมน้ำยาฆ่าเชื้อโรค และการเช็ดล้างทำความสะอาด

การเตรียมน้ำยาฆ่าเชื้อ CORONAVIRUS ; covid-19

1. กลุ่มแอลกอฮอล์ ต้องมีความเข้มข้น มากกว่า 70% (ใช้ Divosan Etha Plus Ethyl Alcohol 77.10% w/w)
ข้อดี ฆ่าเชื้อไวรัสได้ เหมาะกับพื้นผิวที่เป็นโลหะ เช่น โต๊ะ
ข้อเสีย เป็นสารไวไฟ
2. กลุ่มโซเดียมไฮโปคลอไรด์ หรือไฮเตอร์ (ใช้ได้ทุกสี มีตัวยาฆ่าเชื้อด้วยกัน)
อัตราผสมน้ำ 3% ขั้นต่ำ : ไฮเตอร์ 1 ฝา ผสมน้ำเปล่า 30 ฝา
ข้อดี ฆ่าเชื้อไวรัสได้ หาซื้อได้
ข้อเสีย สารไม่คงตัว ต้องผสมใหม่ทุกวัน ใช้ไม่หมดต้องทิ้ง ฤทธิ์กัดกร่อนสูง
3. กลุ่มไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ (อัตราผสมน้ำ 3% ขั้นต่ำ : ไฮเตอร์ 1 ฝา ผสมน้ำเปล่า 30 ฝา)
ข้อดี ฆ่าเชื้อไวรัสได้ในวงกว้างไม่ทิ้งกลิ่น
ข้อเสีย ต้องเก็บในที่มืด สลายง่ายเมื่อโดนแสง/ ความร้อน มีฤทธิ์กัดกร่อน
4. ผงซักฟอก ผสมน้ำร้อน 70 องศา
ข้อดี เหมาะกับวัสดุที่เป็นผ้า
5. น้ำยาฆ่าเชื้อเดดดอล (4.8% CHLOROXYLENOL 2.5% น้ำยา 1 ส่วน : น้ำ 39 ส่วน)
ใช้กับเครื่องใช้ในครัวเรือน
6. คลอรีน 100 PPM (1 ช้อนชา : น้ำ 20 ลิตร)
ใช้สำหรับอาคารสถานที่

ตัวอย่างผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดที่มีส่วนผสมของ Sodium hypochlorite



หรือผลิตภัณฑ์อื่นๆ ที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์โดยดูจากฉลากข้างบรรจุภัณฑ์

การทำความสะอาด EMS

1. เช็ดทำความสะอาดห้องโดยสารด้วยน้ำผสมผงซักฟอก ทำความสะอาดปกติ บริเวณเตียงและพื้นผิว แนวนราบให้ใช้น้ำยาสารเคมีที่มีส่วนผสมของ Sodium hypochlorite
2. หากมีเลือดหรือสารคัดหลั่งของผู้ป่วยปนเปื้อนภายในรถ ให้เช็ดบริเวณที่เปื้อนออกให้มากที่สุดด้วย กระดาษชำระ ราดบริเวณพื้นผิวที่เปื้อนเลือดหรือสารคัดหลั่งของผู้ป่วยด้วยน้ำยาที่มีส่วนผสมของ Sodium hypochlorite หากไม่มีให้ใช้ 70% Alcohol ทดแทนก่อนเป็นการชั่วคราวได้ ทั้งไว้นาน 30 นาที แล้วเช็ดถูตามปกติ กระดาษชำระหรือผ้าที่ใช้เช็ดทำความสะอาดแล้ว ให้ทิ้งเป็นขยะติดเชื้อ เมื่อกำจัดสารคัดหลั่งหมดแล้ว ให้ล้างมือด้วย น้ำยาฆ่าเชื้อหลายๆ ครั้ง⁷
3. หากไม่มีการปนเปื้อนสารคัดหลั่ง ให้เช็ดทำความสะอาดภายในรถด้วยน้ำผสมน้ำยา เช็ดโดยใช้ผ้าอย่างน้อย 10–12 ผืน (ไม่ใช่ผ้าผืนเดิมเช็ดและซักผ้าในถังน้ำยาทำลายเชื้อ) ผ้าที่ใช้เช็ดแล้วให้ทิ้งเป็นมูลฝอยติดเชื้อ
4. หลังเช็ดทำความสะอาดแล้ว ให้เปิดรถทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที เพื่อให้บริเวณที่ทำความสะอาดแห้ง และมีการระบายอากาศ

การเตรียมโซเดียมไฮโปคลอไรท์

1. โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ที่ขายตามท้องตลาด ความเข้มข้น 10% (คลอรีนน้ำ)

เตรียมน้ำยาทำความสะอาด โดยใช้โซลิ่งดูดน้ำยาโซเดียมไฮโปคลอไรท์ ปริมาณ 10 cc. ใส่ภาชนะ ขนาดความจุ 1 ลิตร เติมน้ำสะอาดให้เต็มภาชนะบรรจุ แล้วคนให้เข้ากัน

2. สารฟอกขาวที่มีความเข้มข้นของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%

2.1 วิธีการคำนวณน้ำยาทำความสะอาด โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ความเข้มข้น 0.1% จำนวน 1 ลิตร

$$\text{จำนวนที่ใช้} = \frac{0.1 \times 1,000}{\text{ความเข้มข้นโซเดียมไฮโปคลอไรท์}}$$

2.2 วิธีการคำนวณน้ำยาทำความสะอาด โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ความเข้มข้น 6%

จำนวนการใช้ สารฟอกขาวที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮเปอร์คลอไรท์ จำนวน 50 มิลลิตร ผสมกับน้ำ 1 ลิตร จะได้ความเข้มข้นที่ 0.1%⁸

ที่มา : แนวทางการปฏิบัติงานของศูนย์รับแจ้งเหตุและสั่งการ และหน่วยปฏิบัติการกรณีโรคปอดอักเสบจาก เชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ฉบับที่ 8.1 ปรับปรุงวันที่ 28 กุมภาพันธ์พ.ศ. 2563



ประกาศกรมอนามัย

เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการการป้องกันความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ (COVID – ๑๙)) สำหรับสถานที่ราชการ
สถานที่ทำงานเอกชน และสถานประกอบการ

พ.ศ. ๒๕๖๓

โดยที่เป็นการสมควรกำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการป้องกันความเสี่ยง จากเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ เพื่อประโยชน์ในการป้องกัน ลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของเชื้อ ลดโอกาส การรับสัมผัสเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ และให้ผู้มีหน้าที่สามารถดำเนินการอย่างถูกสุขลักษณะ มีประสิทธิภาพ และเหมาะสม รวมทั้งเป็นการสร้างความเชื่อมั่นในการใช้อาคารและการประกอบกิจการนี้ด้วย

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๓๒ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ อธิบดีกรมอนามัย จึงออกประกาศไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ประกาศนี้เรียกว่า “ประกาศกรมอนามัย เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการ การป้องกัน ความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ (COVID-๑๙)) สำหรับสถานที่ราชการสถานที่ทำงานเอกชน และสถานประกอบการ พ.ศ. ๒๕๖๓”

ข้อ ๒ ในประกาศนี้ “สถานที่ราชการ” หมายความว่า สถานที่ตั้งอันเป็นที่ปฏิบัติงานของราชการ หรือข้าราชการ ตามปกติหรือสถานที่ซึ่งใช้สำหรับปฏิบัติราชการตามปกติ “สถานที่ทำงานเอกชน” หมายความว่า สถานที่ตั้งอันเป็นที่ปฏิบัติงานของเอกชน “สถานประกอบการ” หมายความว่า กิจการตามประกาศกระทรวง สาธารณสุข เรื่อง กิจการที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๘ นอกเหนือ ข้อ ๓ ของ ๙ กิจการที่เกี่ยวกับการ บริการ (๑) (๒) (๓) (๔) (๕) (๖) (๗) (๘) (๙) (๑๐) (๑๑) (๑๒) (๑๓) (๑๔) (๑๕) (๑๖) (๑๗) (๑๘) (๑๙) (๒๐)

ข้อ ๓ หัวหน้าส่วนราชการ เจ้าของหรือผู้ครอบครองอาคารหรือผู้ประกอบการ ควรพึงปฏิบัติดังนี้

(๑) การควบคุมเกี่ยวกับสุขลักษณะอาคารและอุปกรณ์เครื่องใช้ที่มีอยู่ในอาคาร

(ก) ทำความสะอาดอาคารและบริเวณโดยรอบอย่างสม่ำเสมอ เช่น พื้น ผนัง ประตู เป็นต้น

(ข) ทำความสะอาดจุดหรือบริเวณที่มีการใช้ร่วมกัน เช่น กลอนหรือลูกบิดประตู ราวจับ หรือ ราวบันได จุดประชาสัมพันธ์ จุดขาย กระจก สวิตช์ไฟ ปุ่มกดลิฟต์ รีโมท โทรศัพท์ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด อย่างสม่ำเสมอ

(ค) มีระบบการระบายอากาศและถ่ายเทอากาศภายในอาคารที่เหมาะสม และทำความสะอาด ระบบระบายอากาศและถ่ายเทอากาศอย่างสม่ำเสมอ

(ง) กรณีสถานที่ทำงานหรือสถานประกอบการ มีการจำหน่ายอาหารหรือโรงอาหาร ต้องทำ ความสะอาดสิ่งของเครื่องใช้ เช่น โต๊ะอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการปรุง ประกอบอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการรับประทาน อาหาร รวมถึงอุปกรณ์ทำความสะอาดอื่นด้วยน้ำยาทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

(จ) การทำความสะอาดบริเวณที่อาจมีการปนเปื้อนหรือบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อย ๆ ซึ่งอาจเป็น แหล่งที่มีการแพร่กระจายเชื้อโรค ได้แก่ โถส้วม ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอน หรือลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก ก๊อกน้ำอ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

(๒) การจัดอุปกรณ์ทำความสะอาดเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค

(ก) จัดเตรียมแอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือไว้ในบริเวณพื้นที่ส่วนกลาง เช่น จุดประชาสัมพันธ์ ห้องอาหาร ห้องออกกำลังกาย ประตูทางเข้าออก หรือหน้าลิฟท์ เป็นต้น

(ข) บริเวณอ่างล้างมือและห้องสุขาต้องสะอาด และจัดให้มีสบู่ล้างมืออย่างเพียงพอ

(ค) จัดเตรียมอุปกรณ์และน้ำยาทำความสะอาดอาคาร อุปกรณ์ สิ่งของเครื่องใช้ เช่น น้ำยาทำความสะอาดพื้น น้ำยาล้างห้องน้ำ และเหล็กล้างคีมด้ามยาวสำหรับเก็บมูลฝอย เป็นต้น

(๓) การป้องกันสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน

(ก) ผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงต่อการรับสัมผัส เช่น พนักงานต้อนรับ ประชาสัมพันธ์ พนักงานยกกระเป๋า ลูกค้าสัมพันธ์ รวมถึงพนักงานทำความสะอาด เป็นต้น ต้องมีการป้องกันตนเอง โดยอาจ ใช้หน้ากากผ้า ทำความสะอาดมือบ่อยๆ หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และพนักงานทำความสะอาดต้องสวมถุงมือขณะปฏิบัติงาน

(ข) หากผู้ปฏิบัติงานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม เจ็บคอ มีน้ำมูก เหนื่อย หอบ ให้หยุดปฏิบัติงานและเข้ารับการรักษาทันทีในสถานบริการสาธารณสุข

(ค) พนักงานเก็บมูลฝอยที่ปนเปื้อนเสมหะ น้ำมูก น้ำลาย เช่น กระดาษเช็ดปาก กระดาษชำระ ในห้องส้วมต้องมีการป้องกันตนเอง โดยใส่อุปกรณ์ป้องกัน เช่น หน้ากากอนามัย ถุงมือยางและใช้เหล็กล้างคีมด้ามยาวเก็บมูลฝอยใส่ถุงบรรจุมูลฝอยปิดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักมูลฝอยและล้างมือหลังปฏิบัติงานทุกครั้ง

(๔) การให้ความรู้ คำแนะนำ และสื่อสารประชาสัมพันธ์ เจ้าของหรือผู้ครอบครองอาคารหรือผู้ประกอบการควรจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์หรือช่องทางให้ความรู้ในการป้องกันและการลดความเสี่ยงการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ (COVID- ๑๙)) ให้กับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานและผู้บริการ เช่น วิธีการสังเกตผู้สงสัย ติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ (COVID- ๑๙)) คำแนะนำการปฏิบัติตัว ที่ถูกวิธี

ประกาศ ณ วันที่ ๑๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

พรณพิมล วิปุลากร

อธิบดีกรมอนามัย



ประกาศกรมอนามัย

เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการป้องกันความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙

หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ (COVID-๑๙))

สำหรับผู้ให้บริการ การขนส่งสาธารณะ พ.ศ. ๒๕๖๓

โดยที่เป็นการสมควรกำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการป้องกันความเสี่ยงจากเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ เพื่อประโยชน์ในการป้องกัน ลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของเชื้อ ลดโอกาสการรับสัมผัสเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๓๒ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ อธิบดีกรมอนามัยจึงออกประกาศไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ ๑ ประกาศนี้เรียกว่า “ประกาศกรมอนามัย เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการป้องกัน ความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ หรือโรคโควิด ๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ (COVID-๑๙)) สำหรับ ผู้ให้บริการ การขนส่งสาธารณะ พ.ศ. ๒๕๖๓”

ข้อ ๒ ในประกาศนี้ การขนส่งสาธารณะ หมายถึง บริการคมนาคมขนส่งผู้โดยสารทั้งภาครัฐและเอกชนทั้งทางบก ทางน้ำ ทางอากาศเช่น รถโดยสาร รถร่วมบริการ รถแท็กซี่ รถไฟฟ้า รถไฟ เรือโดยสาร เครื่องบิน หรือพาหนะอื่น ๆ ที่มีลักษณะการให้บริการที่คล้ายคลึงกัน

สถานีขนส่งผู้โดยสาร หมายถึง สถานที่รับ ส่งผู้โดยสาร หรือสถานที่พักสำหรับผู้โดยสาร เพื่อรอใช้บริการขนส่งสาธารณะ โดยหมายความรวมถึงท่ารถ สถานีรถไฟ ท่าเรือ ท่าอากาศยาน

ข้อ ๓ ผู้ให้บริการหรือผู้ประกอบการควรปฏิบัติ ดังนี้

(๑) การควบคุมเกี่ยวกับสุขลักษณะ

(ก) ดูแลอาคารสถานที่ โดยทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน โดยเฉพาะบริเวณที่เป็นจุดเสี่ยง ที่มีผู้โดยสารใช้ร่วมกัน ให้เพิ่มความถี่ทำความสะอาดอย่างน้อย ทุก ๒ ชั่วโมง เช่น เคาน์เตอร์จำหน่ายตั๋วโดยสาร ปุ่มกดตั๋วจำหน่ายตั๋ว ปุ่มกดตู้จำหน่ายเครื่องดื่ม มือจับประตู ลูกบิดประตู ราวบันได เป็นต้น ด้วยน้ำยาทำความสะอาด

(ข) การจำหน่ายอาหารในบริเวณสถานีขนส่งสาธารณะ ต้องดำเนินการให้ถูกต้อง ดังนี้

๑) ผู้จำหน่ายอาหารต้องป้องกันตนเอง และป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค เช่น ล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยน้ำและสบู่ให้สะอาดก่อนหยิบหรือจับอาหาร ขณะปฏิบัติงาน หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม เจ็บคอ มีน้ำมูก เหนื่อยหอบ ให้หยุดงาน และพบแพทย์ทันที

๒) จัดบริการอาหารโดยเน้นการป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น มีการปกปิดอาหาร ใช้อุปกรณ์หยิบจับอาหาร จัดให้มีภาชนะ อุปกรณ์รับประทานอาหาร แก้วน้ำให้เพียงพอในการรับประทาน เป็นรายบุคคล

๓) ทำความสะอาดจุดเสี่ยง เช่น โต๊ะอาหารด้วยน้ำยาทำความสะอาดทุกครั้ง หลังมีผู้มาใช้บริการ รวมถึงล้างภาชนะอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ให้สะอาดอย่างสม่ำเสมอ สำเนาฉบับ ๒

(ค) จัดเตรียมแอลกอฮอล์เจล เพื่อให้บริการแก่ผู้โดยสารรวมถึงพนักงานในพื้นที่ส่วนกลางและอุปกรณ์ที่มีการใช้งานร่วมกัน เช่น บริเวณทางเข้าอาคารผู้โดยสารอุปกรณ์จำหน่ายตั๋ว ราวจับ ราวบันไดเลื่อน ปุ่มกดลิฟต์ เป็นต้น

(ง) ทำความสะอาดบริเวณที่อาจมีการปนเปื้อนหรือบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อย ๆ ซึ่งอาจเป็นแหล่งที่มีการแพร่กระจายเชื้อโรค ได้แก่ โถส้วม ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก ก๊อกน้ำอ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด

(๒) ด้านยานพาหนะและผู้ปฏิบัติงาน

(ก) ทำความสะอาดโดยใช้น้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด ในจุดที่มีการสัมผัส บ่อย เช่น ราวจับบริเวณประตู ที่จับเหนือหัวผู้โดยสาร เบาะนั่งและพนักพิงทั้งด้านหน้าและด้านหลัง ที่พักแขน ถาดรองวางอาหาร ปุ่มปรับระดับเบาะ ที่จับประตูห้องน้ำ เป็นต้น

(ข) กรณีที่มีห้องน้ำให้บริการบนพาหนะต้องจัดให้มีสบู่สำหรับล้างมือและกระดาษเช็ดมือในห้องน้ำให้เพียงพอ

(ค) กรณีที่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกอื่นๆ เช่น ผ้าห่ม ปลอกหมอน เป็นต้น ต้องเปลี่ยนทุกรอบที่ให้บริการและนำไปซักให้สะอาด

(ง) กรณีที่เป็นรถโดยสารสาธารณะ ก่อนและหลังการให้บริการควรมีการเปิดหน้าต่าง เพื่อการถ่ายเทหรือระบายอากาศในรถ

(จ) ผู้ปฏิบัติงานต้องดูแลสุขภาพลักษณะส่วนบุคคลอย่างเคร่งครัด มีการป้องกันตนเอง โดยล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น หากมีอาการ เช่น ไข้ ไอ จาม เหนื่อยหอบ ให้หยุดงานและไปพบแพทย์

ประกาศ ณ วันที่ ๑๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๓

พรณพิมล วิบุลากร
อธิบดีกรมอนามัย

ช่องทางการดาวน์โหลดเอกสารสื่อความรู้ อินโฟกราฟิก กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข



อินโฟกราฟิก

COVID-19 รู้ทัน ป้องกันได้ (รู้ได้ชีชี)



ล้างภาชนะสะอาด ล้างแสกสดเชื้อโรค



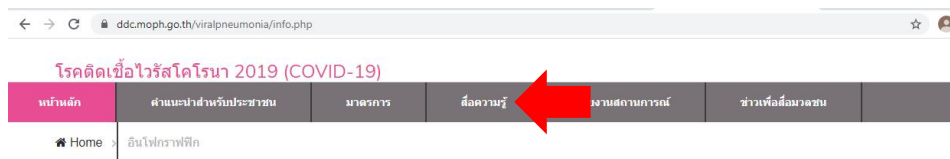
หน้ากากผ้า ทางเลือกของคนไม่ป่วย



วิดีโอ

จำนวน

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข



วันที่ 14 มีนาคม 2563

ป้องกันไวรัสโคโรนา 2019 ด้วยล้างมือ เลี่ยง
การติดโรค ลดการแพร่กระจายเชื้อ

How to...คุณไว้สังเกต ณ ที่พักอาศัย และ
แนวทางปฏิบัติเรื่องควรรู้ COVID-19



จัดทำโดย

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดภูเก็ต

Phuket Provincial Public Health Office

โทรศัพท์ 0 7621 1330