สถจ.ยะลา
เลขที่รับ 6765 เวลา 16.02 น.
ลงวันที่ ๒๐ ต.ค. ๒๕๖๙

☐ ฝ.บห.
☐ กง.บถ.
☑ กง.สส.
☐ กง.กม.
☐ กง.กง.
☑ กง.บป.

ที่ ยล ๐๐๑๗.๒/๑๗๙๔๔

ศาลากลางจังหวัดยะลา
ถนนสุขยางค์ ยล ๙๕๐๐๐

๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อม เฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ (โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก) ก่อนฤดูหนาว

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดยะลา

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกระทรวงมหาดไทย ที่ มท ๐๒๑๑.๓/ว ๘๙๕๓ จำนวน ๑ ชุด
ลงวันที่ ๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๙

ด้วยจังหวัดยะลาได้รับแจ้งจากกระทรวงมหาดไทยว่า กระทรวงสาธารณสุขแจ้งว่า สถานการณ์โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ โดยเฉพาะโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก ยังคงมีแนวโน้มการแพร่ระบาดอย่างต่อเนื่อง ประกอบกับประเทศไทยกำลังจะเข้าสู่ช่วงฤดูหนาว ซึ่งสภาพอากาศที่เย็นและแห้ง เอื้อต่อการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสได้ง่ายขึ้น และพบการระบาดเป็นกลุ่มก้อน ซึ่งมักเกิดในพื้นที่ที่มีคนรวมตัวกันเป็นจำนวนมาก ได้แก่ สถานศึกษา ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ค่ายทหาร สถานดูแลผู้สูงอายุ ตลอดจนสถานพยาบาล และอาจส่งผลกระทบให้เกิดการแพร่ระบาดของโรคดังกล่าวขยายตัวสู่ชุมชนเป็นวงกว้างได้ จึงขอความร่วมมือกระทรวงมหาดไทยแจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องพิจารณาดำเนินการตามแนวทางการป้องกันการควบคุมโรค

จังหวัดยะลาพิจารณาแล้วเห็นว่า เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม เฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจก่อนฤดูหนาว จึงขอให้สำนักงานท้องถิ่นจังหวัดยะลาดำเนินการ ดังนี้

๑. แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เผยแพร่ และประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก ให้กับศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนในสังกัด ปฏิบัติตามแนวทางการป้องกันควบคุมโรคของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

๒. กรณีเกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก แจ้งหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่เพื่อดำเนินการสอบสวนควบคุมการระบาดของโรคในพื้นที่ตามแนวทางการเฝ้าระวัง และสอบสวนโรคของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค
รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายอำนาจ ชูทอง)
รองผู้ว่าราชการจังหวัด รักษาราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดยะลา

สำนักงานจังหวัดยะลา
กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลเพื่อการพัฒนาจังหวัด
โทร./ โทรสาร ๐-๗๓๒๑-๑๕๘๖

กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลเพื่อการพัฒนาจังหวัด
เลขที่ 1607
วันที่ 15/ต.ค./2569 เวลา

ที่ มท ๐๒๑๑.๓/ว ๗๐๕๙

ศาลากลางจังหวัดยะลา
รับวันที่ 15 ต.ค. 2569
เวลา
9313

กระทรวงมหาดไทย
ถนนอัษฎางค์ กทม. ๑๐๒๐๐

๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อม เฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ (โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก) ก่อนฤดูหนาว

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ทุกจังหวัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกระทรวงสาธารณสุข ที่ สธ ๐๔๑๐.๑๐/๗๓๐๐ ลงวันที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๖๙ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยกระทรวงมหาดไทยได้รับแจ้งจากกระทรวงสาธารณสุขว่า สถานการณ์ของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ โดยเฉพาะโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก ยังคงมีแนวโน้มการแพร่ระบาดอย่างต่อเนื่อง ประกอบกับประเทศไทยกำลังจะเข้าสู่ช่วงฤดูหนาว ซึ่งสภาพอากาศที่เย็นและแห้ง เอื้อต่อการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสได้ง่ายขึ้น และพบการระบาดเป็นกลุ่มก้อน ซึ่งมักเกิดในพื้นที่ที่มีคนรวมตัวกันเป็นจำนวนมาก ได้แก่ สถานศึกษา ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ค่ายทหาร สถานดูแลผู้สูงอายุ ตลอดจนสถานพยาบาล และอาจส่งผลกระทบให้เกิดการแพร่ระบาดของโรคดังกล่าวขยายตัวสู่ชุมชนเป็นวงกว้างได้ จึงขอความร่วมมือกระทรวงมหาดไทย แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องพิจารณาดำเนินการตามแนวทางการป้องกันควบคุมโรค

กระทรวงมหาดไทยพิจารณาแล้วเห็นว่า เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม เฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจก่อนฤดูหนาว จึงขอให้จังหวัดมอบหมายสำนักงานท้องถิ่นจังหวัดดำเนินการ ดังนี้

๑. แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เผยแพร่ และประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก ให้กับศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนในสังกัด ปฏิบัติตามแนวทางการป้องกันควบคุมโรคของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

๒. กรณีเกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก แจ้งหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่เพื่อดำเนินการสอบสวนควบคุมการระบาดของโรคในพื้นที่ตามแนวทางการเฝ้าระวัง และสอบสวนโรคของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค

รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารที่เกี่ยวข้องได้ทางเว็บไซต์สำนักนโยบายและแผน สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย http://www.ppb.moi.go.th/midev01/ หัวข้อ “หนังสือแจ้งเวียน/ประชาสัมพันธ์”

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายอรรษิษฐ์ สัมพันธรัตน์)
ปลัดกระทรวงมหาดไทย

สำนักงานปลัดกระทรวง
สำนักนโยบายและแผน
โทร./โทรสาร ๐ ๒๒๒๓ ๕๒๔๙

กพถ.สนผ.สป.
เลขรับที่ 1440
รับที่ 5 ก.ค. 69

กระทรวงมหาดไทย
กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย
รับที่ - 5 ก.ค. 2569
เลขรับที่ 37852

ที่ สธ ๐๔๑๐.๑๐/๗๓๐๐

กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๒๑ กันยายน ๒๕๖๙

สำนักนโยบายและแผน สป.
รับที่ 5 ก.ค. 2569
เลขรับที่ 8534

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อม เฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ (โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก) ก่อนฤดูหนาว

เรียน ปลัดกระทรวงมหาดไทย

ด้วยสถานการณ์ของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ โดยเฉพาะโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก ยังคงมีแนวโน้มการแพร่ระบาดอย่างต่อเนื่อง ประกอบกับประเทศไทยกำลังจะเข้าสู่ช่วงฤดูหนาว ซึ่งสภาพอากาศที่เย็นและแห้ง เอื้อต่อการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสได้ง่ายขึ้น และพบการระบาดเป็นกลุ่มก้อน ซึ่งมักเกิดในพื้นที่ที่มีคนรวมตัวกันเป็นจำนวนมาก ได้แก่ สถานศึกษา ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก ค่ายทหาร สถานดูแลผู้สูงอายุ ตลอดจนสถานพยาบาล และอาจส่งผลกระทบให้เกิดการแพร่ระบาดของโรคดังกล่าวขยายตัวสู่ชุมชนเป็นวงกว้างได้

กระทรวงสาธารณสุข พิจารณาแล้ว เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม เฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ (โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก) ก่อนฤดูหนาว จึงขอความร่วมมือหน่วยงานของท่าน แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พิจารณาดำเนินการตามแนวทางการป้องกันควบคุมโรค ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ดังนี้

๑. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เผยแพร่ และประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก ให้กับศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนในสังกัดของท่านปฏิบัติตามแนวทางการป้องกันควบคุมโรค ของกระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค อย่างเคร่งครัด

๒. กรณีเกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคมือ เท้า ปาก แจ้งหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่เพื่อดำเนินการสอบสวนควบคุมการระบาดของโรคในพื้นที่ตามแนวทางการเฝ้าระวัง และสอบสวนโรคของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค
สามารถดาวน์โหลดเอกสาร ตาม QR Code ที่ปรากฏท้ายหนังสือนี้ และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กองโรคติดต่อทั่วไป โทร. ๐ ๒๕๙๐ ๓๑๘๓ หรือสายด่วนกรมควบคุมโรค ๑๔๒๒

ขอแสดงความนับถือ

(นายโสภณ เอี่ยมศิริถาวร)
รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข
หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านพัฒนาการสาธารณสุข

กรมควบคุมโรค
กองโรคติดต่อทั่วไป
โทร. ๐ ๒๕๙๐ ๓๑๘๓
โทรสาร ๐ ๒๕๙๑ ๘๔๓๖
สำเนาส่ง อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

เอกสารที่เกี่ยวข้อง

คำแนะนำ และมาตรการในการป้องกันควบคุมโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ (โรคไข้หวัดใหญ่/ โรคโควิด 19) ก่อนฤดูหนาว สำหรับกิจกรรมการรวมตัวของคนหมู่มาก

โดย กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
วันที่ 1 กันยายน 2569

❖ โรคไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจที่เกิดจากเชื้อไวรัส ติดต่อได้ง่าย โดยเชื้อสามารถติดต่อจากคนหนึ่งไปอีกคนหนึ่งโดยได้รับเชื้อที่ปนเปื้อนอยู่ในอากาศเมื่อผู้ป่วยไอ จาม หรือพูดคุยใกล้ชิดกับผู้ป่วย หากมีการสูดเอาละอองในอากาศที่มีเชื้อไวรัสเข้าไป ประกอบกับร่างกายมีภูมิคุ้มกันต่ำ อาจจะได้รับเชื้อและป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ได้ หรือสัมผัสสิ่งที่ปนเปื้อนเชื้อโรคผ่านมือ เช่น ผ้าเช็ดหน้า ช้อน แก้วน้ำ การจูบ หรือสัมผัสเชื้อแล้วขยี้ตา หรือนำเข้าปาก ระยะฟักตัว 1 - 3 วัน อาการที่พบบ่อย คือ มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามร่างกาย อ่อนเพลีย แต่ละปีมักมีการระบาดสองระลอก ในช่วงต้นปี และกลางปี (มกราคม- กรกฎาคม) การระบาดในช่วงต้นปีเป็นช่วงฤดูหนาว และเมื่ออากาศร้อนขึ้นการระบาดในประเทศไทยก็มักจะลดลง และจะกลับมาระบาดอีกในช่วงกลางปี ซึ่งตรงกับช่วงเข้าฤดูฝน โดยการระบาดช่วงกลางปีจะมีผู้ป่วยมากกว่าช่วงต้นปี กลุ่มที่ป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ และอาจมีภาวะแทรกซ้อน และเกิดอาการรุนแรงได้ ได้แก่ กลุ่มที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ เด็กเล็ก ผู้มีโรคเรื้อรัง ผู้สูงอายุ และผู้มีโรคอ้วน เป็นต้น

❖ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โรคโควิด 19 (COVID-19) เป็นโรคติดเชื้อทางเดินหายใจที่เกิดจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนา ที่มีชื่อว่า Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 หรือ SARS-CoV-2 โดยโรคโควิด 19 มีการแพร่เชื้อระหว่างคนในลักษณะเดียวกับโรคไข้หวัดใหญ่เข้าสู่ร่างกายทางปาก จมูก ตา ระยะฟักตัว 2 - 14 วัน อาการที่พบบ่อย ได้แก่ มีไข้ ไอ หายใจลำบาก เกิดภาวะแทรกซ้อนรวมไปถึงปอดบวม และกลุ่มอาการหายใจลำบากเฉียบพลัน กลุ่มเสี่ยง (608) ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ผู้มีโรคประจำตัว ได้แก่ โรคระบบทางเดินหายใจเรื้อรัง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคไตวายเรื้อรัง โรคหลอดเลือดสมอง โรคอ้วน โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน และกลุ่มหญิงตั้งครรภ์ ที่หากป่วยด้วยโรคโควิด 19 แล้วอาจมีอาการรุนแรงได้

สถานการณ์ในประเทศไทย ยังคงพบผู้ป่วยด้วยโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ ได้แก่ โรคไข้หวัดใหญ่ โรคโควิด 19 อย่างต่อเนื่อง และมีการระบาดเป็นกลุ่มก้อนในสถานที่ที่มีการรวมตัวกันของคนหมู่มากอย่างต่อเนื่อง โดยส่วนใหญ่พบในสถานที่รวมตัวคนหมู่มาก เช่น โรงเรียน เรือนจำ ค่ายทหาร และศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น เพื่อเป็นการลดการแพร่ระบาดจากโรคดังกล่าว เจ้าหน้าที่และบุคลากรควรมีการปฏิบัติในการป้องกัน และควบคุมการระบาดของโรค ตามมาตรการดำเนินงานในการป้องกัน ควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ โรคโควิด 19 สำหรับกิจกรรมการรวมตัวของคนหมู่มาก ดังต่อไปนี้

คำแนะนำสำหรับผู้จัดงานหรือเจ้าภาพงาน

1. ผู้จัดงาน หรือกิจกรรมการรวมตัวของคนหมู่มาก ควรให้ข้อมูลคำแนะนำการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคแก่กลุ่มเป้าหมายที่จะมาร่วมงาน หรือกิจกรรมล่วงหน้า โดยใช้ช่องทางต่างๆ เช่น การส่งจดหมายแจ้งข่าว การลงคำแนะนำในหนังสือพิมพ์ มุมนิทรรศการ รวมทั้งการประกาศในงาน
2. ผู้จัดงานควรอำนวยความสะดวกในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคแก่ผู้ร่วมงาน เช่น
   - ทำป้ายคำแนะนำ หรือหน่วยบริการให้คำแนะนำผู้ที่มีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่บริเวณทางเข้างาน
   - จัดอ่างล้างมือพร้อมสบู่ กระดาษทิชชู ในห้องน้ำให้พอเพียง

จัดให้มี...

- จัดให้มีผู้ทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมาก เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู ห้องน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอก หรือน้ำยาทำความสะอาดทั่วไปอย่างสม่ำเสมอและบ่อยกว่าในภาวะปกติ (หากเป็นประตูที่สามารถใช้ส่วนอื่นของร่างกาย เช่น ใช้ด้านหลังของลำตัวผลักประตูออกได้ จะช่วยลดโอกาสการสัมผัสเชื้อโรค)
- จัดหาหน้ากากอนามัยสำหรับผู้มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ หรือโรคโควิด 19 ที่มีความจำเป็นต้องอยู่ร่วมกิจกรรม
- จัดจุดปฐมพยาบาลให้การดูแลรักษาเบื้องต้นแก่ผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ หรือโรคโควิด 19 โดยแยกผู้ป่วยออกจากกิจกรรมการรวมตัวนั้น รวมทั้งอำนวยความสะดวกในการส่งกลับไปรักษาตัวที่บ้าน หรือโรงพยาบาล
- ควรพยายามลดความแออัดของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เช่น เพิ่มจำนวนรถที่นำประชาชนเข้างาน กระจายมุมจำหน่ายอาหาร
- จัดบริการทางเลือกทดแทนการมาร่วมงาน เช่น ให้ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ หรือการถ่ายทอดทางสื่อมวลชน

คำแนะนำสำหรับผู้มาร่วมกิจกรรม

1. ผู้ที่มีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ หรือโรคโควิด 19 เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก แม้จะมีอาการไม่มาก ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านอย่างน้อย 5 วัน นับจากวันเริ่มป่วย หรือหลังจากหายเป็นปกติแล้วอย่างน้อย 1 วัน หรือตามคำแนะนำของแพทย์ และไม่ควรเข้าร่วมงาน หรือกิจกรรมกับคนหมู่มาก แต่หากจำเป็นต้องเข้าร่วมงานให้สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา และล้างมือบ่อยๆ
2. ผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงที่หากป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่ หรือโรคโควิด 19 จะมีอาการรุนแรง ได้แก่ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง หญิงมีครรภ์ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 65 ปี ขึ้นไป เด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ผู้มีภูมิต้านทานต่ำ และผู้มีโรคอ้วน ควรหลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่มีการรวมตัวของคนหมู่มาก เพื่อลดโอกาสการติดเชื้อ โดยเฉพาะในพื้นที่ที่กำลังมีการระบาดของไข้หวัดใหญ่ หรือโรคโควิด 19
3. ประชาชนทั่วไปที่เข้าร่วมกิจกรรม ควรปฏิบัติตามหลักสุขอนามัย เช่น ล้างมือด้วยน้ำ และสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลบ่อยๆ หากมีอาการไอ จาม ให้ใช้กระดาษทิชชูหรือผ้าปิดปากปิดจมูก หากไม่มี หรือหยิบไม่ทัน ไม่ควรใช้มือป้องจมูกปาก เพราะเชื้อจะติดอยู่ที่มือ แล้วจะไปเปรอะเปื้อนตามสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ ให้ไอจามใส่แขนเสื้อแทน ซึ่งจะช่วยลดการกระจายเชื้อได้ดี
4. การสวมหน้ากากอนามัยจะเป็นประโยชน์มาก หากมีอาการป่วยควรสวมใส่หน้ากากอนามัย เพราะจะช่วยป้องกันการแพร่เชื้อเวลาไอจามได้ดี ส่วนผู้ที่ไม่มีอาการป่วย โดยทั่วไปไม่จำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัย แต่อาจจะได้ประโยชน์จากการสวมหน้ากากอนามัย เพื่อป้องกันการติดเชื้อในกรณีที่เข้าไปอยู่ในที่แออัดที่อาจจะมีผู้เป็นไข้หวัดใหญ่ หรือโรคโควิด 19 อยู่ด้วย

หากจัดกิจกรรมที่มีการรวมตัวกันหมู่มาก เช่น งานบุญต่างๆ
การแสดงมหรสพ เป็นต้น ให้หมั่นทำความสะอาดบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ
รักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลจัดระบบการระบายอากาศให้ปลอดโปร่งอยู่เสมอ

องค์ความรู้โรคมือ เท้า ปาก

เชื้อที่เป็นสาเหตุ : เชื้อไวรัสในกลุ่ม *Enterovirus* ซึ่งพบเฉพาะในมนุษย์เท่านั้น และมีหลากหลายสายพันธุ์ สำหรับสายพันธุ์ที่ก่อโรคมือ เท้า ปาก ได้แก่ *Coxsackie virus group A, B* และ *Enterovirus 71*

ลักษณะของโรค : ส่วนใหญ่พบในเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี ผู้ติดเชื้อส่วนใหญ่ไม่แสดงอาการป่วย หรืออาจพบอาการเพียงเล็กน้อย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ คลื่นไส้ ปวดเมื่อย เป็นต้น โดยจะปรากฏอาการดังกล่าวอยู่ 3 - 5 วัน แล้วหายได้เอง ส่วนใหญ่พบที่เพดานอ่อนลิ้น กระพุ้งแก้ม เป็นสาเหตุให้เด็กไม่ดูดนม ไม่กินอาหารเพราะเจ็บ อาจมีน้ำลายไหล ในบางรายอาจไม่พบตุ่มพองแต่อย่างใด แต่บางรายจะมีอาการรุนแรง ขึ้นอยู่กับชนิดของไวรัสที่มีการติดเชื้อ เช่น การติดเชื้อจาก *Enterovirus 71* อาจมีอาการทางสมองร่วมด้วย โดยเป็นแบบ Aseptic meningitis ที่ไม่รุนแรง หรือมีอาการคล้ายโปลิโอ ส่วนที่รุนแรงมากอาจเสียชีวิตจะเป็นแบบ Encephalitis ซึ่งมีอาการอักเสบส่วนก้านสมอง (Brain stem) อาการหัวใจวาย และ/หรือมีภาวะน้ำท่วมปอด (Acute pulmonary edema)

วิธีการแพร่โรค : เชื้อไวรัสเข้าสู่ร่างกายทางปากโดยตรง โดยเชื้อจะติดมากับมือ ภาชนะที่ใช้ร่วมกัน เช่น ช้อน แก้วน้ำ หรือของเล่น ที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย น้ำจากตุ่มพอง แผลในปาก หรืออุจจาระของผู้ป่วยที่มีเชื้อไวรัสอยู่ ทั้งนี้ เชื้ออาจอยู่ในอุจจาระของผู้ป่วยได้เป็นเดือน (พบมากระยะสัปดาห์แรก) ทำให้ผู้ป่วยยังคงสามารถแพร่กระจายเชื้อได้

ระยะฟักตัว : โดยทั่วไป มักเริ่มมีอาการป่วยภายใน 3 - 5 วันหลังได้รับเชื้อ

การรักษา : ใช้การรักษาแบบประคับประคองเพื่อบรรเทาอาการต่าง ๆ เช่น การใช้ยาลดไข้ หรือยาทาแก้ปวด ในรายที่มีแผลที่ลิ้นหรือกระพุ้งแก้ม ควรเช็ดตัวผู้ป่วยเพื่อลดไข้เป็นระยะ ให้รับประทานอาหารอ่อน ๆ ดื่มน้ำ น้ำผลไม้ และนอนพักผ่อนมาก ๆ แต่ในกรณีผู้ป่วยมีอาการแทรกซ้อนรุนแรง ต้องรับไว้รักษาเป็นผู้ป่วยใน เช่น รับประทานอาหารหรือนมไม่ได้ มีอาการสมองอักเสบ เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ภาวะปอดบวมน้ำ กล้ามเนื้อหัวใจอักเสบ กล้ามเนื้ออ่อนแรงคล้ายโปลิโอ จำเป็นต้องให้การรักษาแบบ Intensive care และดูแลโดยผู้เชี่ยวชาญ

การป้องกันโรค : ปัจจุบันโรคมือ เท้า ปาก มีวัคซีนที่สามารถป้องกันได้เฉพาะเชื้อไวรัสสายพันธุ์ *Enterovirus 71* เท่านั้น สำหรับเชื้อไวรัสสายพันธุ์อื่น ๆ ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน แต่ป้องกันได้โดยการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี เช่น การล้างมือด้วยน้ำและสบู่เป็นประจำหลังการขับถ่ายหรือเปลี่ยนผ้าอ้อมเด็ก และก่อนการรับประทานอาหาร หรือป้อนอาหารเด็ก รวมถึงการไม่คลุกคลีใกล้ชิดใช้ภาชนะอาหาร หรือของใช้ร่วมกับผู้ป่วย ร่วมกับการรักษาความสะอาดทั่วไป การจัดการสิ่งแวดล้อม ห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัวให้ถูกสุขลักษณะ เมื่อเกิดโรคขึ้นต้องป้องกันไม่ให้มีการแพร่กระจายของโรค นอกจากนี้ยังสามารถลดความรุนแรงของการเกิดภาวะแทรกซ้อนและการเสียชีวิตได้ โดยการตรวจคัดกรอง แยกเด็กป่วย วินิจฉัยและรักษาอย่างรวดเร็ว

แนวทางการดำเนินงานป้องกันควบคุมโรคมือ เท้า ปาก

1. การคัดกรองและแยกเด็กป่วย

ครูและผู้ดูแลเด็กควรคัดกรองเด็กป่วย โดยการตรวจและบันทึกสุขภาพเด็กทุกคน เพื่อค้นหาเด็กป่วยที่มีอาการไข้ ไอ น้ำมูกไหล แผลในปาก อุจจาระร่วง และอาการผิดปกติอื่น ๆ เช่น ตาแดง คางทูม ผิวหนังบวมแดงอักเสบ ตุ่มน้ำพอง ตุ่มหนอง หรือบาดแผลตามร่างกาย เป็นต้น เมื่อพบเด็กป่วยต้องป้องกันควบคุมโรค เพื่อไม่ให้เชื้อแพร่กระจายไปสู่เด็กคนอื่น โดยการแยกเด็กป่วยไม่ให้คลุกคลีและใช้สิ่งของร่วมกับเด็กปกติ เช่น จัดให้อยู่ในห้องแยก แยกของเล่น และของใช้ส่วนตัว เป็นต้น

โรคมือ เท้า ปาก สามารถติดต่อกันโดยการรับเชื้อไวรัสทางช่องปาก ซึ่งติดมากับมือที่ปนเปื้อนอุจจาระ น้ำลาย น้ำมูก น้ำจากตุ่มพอง หรือแผลของผู้ป่วย การตรวจคัดกรอง การแยกเด็กป่วย รวมถึงการทำความสะอาดห้องกิจกรรมต่าง ๆ ของเด็กจึงมีความสำคัญมากในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

- หากพบเด็กป่วยเป็นโรคมือเท้าปาก ตั้งแต่ 2 รายขึ้นไป ภายในห้องเรียนเดียวกันใน 1 สัปดาห์ ต้องปิด**ห้องเรียนที่มีเด็กป่วย** อย่างน้อย 1 วัน เพื่อทำความสะอาดและเฝ้าระวังคัดกรองเด็กป่วยให้เข้มข้นต่ออีก 1 สัปดาห์
- หากพบเด็กนักเรียนป่วยด้วยโรคดังกล่าวใน**ระดับชั้นเดียวกันเกิน 3 ราย** และอยู่ในพื้นที่ห้องเรียนที่อยู่ติดกันซึ่งมีความเสี่ยงต่อการแพร่เชื้อ หรือมีกิจกรรมร่วมกัน ควรพิจารณาปิดการเรียนการสอนทั้งระดับชั้นเป็นเวลาอย่างน้อย 1 วัน แต่หากเด็กที่ป่วยไม่ได้มีความเชื่อมโยงกัน ให้ปิดเฉพาะห้องเรียนที่มีผู้ป่วยหรือมีการสัมผัสใกล้ชิด เพื่อทำความสะอาดและเฝ้าระวังคัดกรองเด็กป่วยให้เข้มข้นต่ออีก 1 สัปดาห์

หมายเหตุ: หากพบเด็กป่วย ให้เด็กที่ป่วยหยุดเรียน 5 วันทำการ หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ

2. การทำความสะอาดและทำลายเชื้อ

การทำความสะอาดสามารถช่วยป้องกันและลดการแพร่กระจายเชื้อ เนื่องจากเชื้อโรคไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า และมีชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้นานหลายชั่วโมง บางชนิดอาจอยู่ได้นานหลายวันหรือเป็นสัปดาห์ ทำให้มีโอกาสสัมผัสเชื้อมากขึ้น โดยเฉพาะในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และโรงเรียนอนุบาล เด็กส่วนใหญ่ชอบนั่ง นอน เล่น คลุกคลีกับเครื่องเล่น พื้น ผนังห้องเป็นประจำ ดังนั้น การทำความสะอาดพื้น ผนัง เพดาน ทั้งในและนอกอาคาร รวมทั้งของเล่น ของใช้ส่วนตัวเด็กเป็นสิ่งจำเป็น ในการป้องกันการติดเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อ

ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและโรงเรียนอนุบาล การทำความสะอาดเป็นวิธีการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อที่ง่าย สะดวก และทุกคนสามารถทำได้ โดยมุ่งเน้นความถี่ และความสม่ำเสมอในการทำความสะอาด ด้วยน้ำยาที่ใช้ทำความสะอาดทั่วไปในชีวิตประจำวัน เช่น สบู่ น้ำยาล้างจาน ผงซักฟอก น้ำยาซักผ้า หรือน้ำยาทำความสะอาดสุขภัณฑ์ในครัวเรือน ไม่จำเป็นต้องใช้น้ำยาฆ่าเชื้อโรคที่มีราคาแพงและอาจหาได้ยาก แต่ควรเลือกใช้ให้เหมาะกับวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ และอาคารสถานที่ก็สามารถทำลายเชื้อโรคที่ปนเปื้อนได้ นอกจากนี้ยังมีปัจจัยทางธรรมชาติอื่น ๆ ที่ช่วยเสริมประสิทธิภาพในการทำลายและลดปริมาณเชื้อโรคได้ เช่น แสงแดด ความร้อน ความแห้ง ลม และอากาศที่ถ่ายเทได้สะดวก เป็นต้น

ตารางที่ 1 การทำความสะอาดสิ่งของ เครื่องใช้ และของเล่นสำหรับเด็ก/อาคารสถานที่

[illegible]	[illegible]	[illegible]
แก้วน้ำดื่ม ผ้าเช็ดมือ ควรมีใช้ส่วนตัว	■ ทำความสะอาดแก้วน้ำส่วนตัวด้วยน้ำยาทำความสะอาด เช่น น้ำยาล้างจาน ■ ทำความสะอาดแก้วน้ำส่วนรวมที่ศูนย์จัดให้ใช้เฉพาะคนเฉพาะครั้งด้วยน้ำยาทำความสะอาด เช่น น้ำยาล้างจาน ■ ผ้าเช็ดมือส่วนตัว ควรซักทำความสะอาดด้วยผงซักฟอกและตากแดดให้แห้ง	■ ทุกวัน ■ ทุกครั้งหลังใช้ ■ ทุกวัน

[illegible]	[illegible]	[illegible]
ที่นอน ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน ผ้าห่ม ควรมีใช้ส่วนตัว	■ ซักทำความสะอาดด้วยผงซักฟอก และนำไปตากแดดให้แห้ง	■ ทุกสัปดาห์
ของเล่นเด็ก	■ ไม้ พลาสติก ควรล้างด้วยน้ำยา ทำความสะอาด เช่น ผงซักฟอก น้ำยาล้างจาน สบู่ หรือน้ำยาฆ่าเชื้อ และนำไปตากแดดให้แห้ง ■ กระดาษ ควรปัดฝุ่นและนำไปตากแดด ผ้า ตุ๊กตา ควรซักและนำตากแดดให้แห้ง	■ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง (กรณีของเล่นเด็กเล็กที่นำเข้าปาก แนะนำให้ทำความสะอาดทุกวัน
อาคารสถานที่*	ภายในอาคาร ■ พื้นและผนังห้องนอน ห้องเล่น ห้องเรียน ทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาด หรือน้ำยาฆ่าเชื้อโรค ภายนอกอาคาร ■ บริเวณรอบอาคาร สถานที่ ห้องน้ำ ห้องส้วม ห้องครัว โรงอาหาร บริเวณที่เด็กเล่นในอาคาร ทำความสะอาด ผงซักฟอก หรือน้ำยาฆ่าเชื้อ	■ อย่างน้อยวันละ 1 - 2 ครั้ง (เพดาน แนะนำให้ทำความสะอาดอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง) ■ อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง

หมายเหตุ * กรณีเกิดโรคระบาด ควรทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อทันที และบ่อยครั้งมากขึ้นรวมทั้งแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทราบทันที

3. เสริมสร้างให้เด็กมีสุขภาพดี

การส่งเสริมสุขภาพเด็ก ต้องทำอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ เช่น ดูแลให้เด็กได้รับวัคซีนครบตามเกณฑ์ที่กำหนด ให้เด็กรับประทานอาหารที่สะอาดปรุงสุกใหม่ ให้ครบ 5 หมู่ ในปริมาณเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย แนะนำให้สวมใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสมตามฤดูกาล ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ

4. เสริมสร้างพฤติกรรมอนามัย

พฤติกรรมอนามัยเป็นเรื่องสำคัญมากที่สุดในการป้องกันควบคุมโรค พฤติกรรมอนามัยที่เหมาะสม ได้แก่

★ ล้างมือด้วยสบู่หรือเจลล้างมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะก่อนรับประทานอาหารและหลังขับถ่าย หรือสัมผัสสิ่งสกปรกทุกครั้ง จะช่วยลดการติดเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อได้เป็นอย่างดี

★ ปิดปาก ปิดจมูกด้วยผ้าหรือกระดาษทิชชู เวลาไอ จาม แล้วทิ้งลงถังขยะที่มีฝาปิด และล้างมือด้วยสบู่หรือเจลล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง รวมถึงการสวมหน้ากากอนามัยเวลาเจ็บป่วยด้วยโรคทางเดินหายใจ จะช่วยลดการแพร่กระจายเชื้อให้ผู้อื่น

★ ขับถ่ายในห้องส้วมที่ถูกสุขลักษณะ

★ ทิ้งขยะในถังที่มีฝาปิด

★ หลีกเลี่ยงการอยู่และหลับนอนในที่แออัด

★ ไม่ไปแหล่งที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย เช่น ชุมชนแออัด จะช่วยการติดเชื้อทางเดินหายใจได้

การดูแลเด็กป่วยเบื้องต้นและการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

ในกรณีที่พบเด็กมีอาการผิดปกติ ครูผู้ดูแลเด็กควรรีบดำเนินการแยกเด็กออกจากเด็กปกติ และดำเนินการตามแนวทางการแยกเด็กป่วยและการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ดังนี้

ตารางที่ 2 การดูแลเด็กป่วยเบื้องต้นและการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

อาการ	การดูแลเด็กป่วยเบื้องต้น	การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ
ผื่นแดง อักเสบที่ลิ้น เหงือก กระพุ้งแก้ม ฝ่ามือ ฝ่าเท้า (สงสัยว่าป่วยเป็นโรคมือ เท้า ปาก)	■ แจ้งผู้ปกครองให้มารับ และพาไปพบแพทย์ ■ ขณะรอผู้ปกครองมารับควรแยกเด็กจากเด็กคนอื่น ๆ ให้อยู่ในห้องแยก กรณีไม่มีห้องแยกใช้ผ้าม่านหรือฉากกั้นเป็นสัดส่วน และแยกห่างจากเด็กคนอื่นอย่างน้อย 1 เมตร ■ แยกของเล่น และของใช้ต่าง ๆ จากเด็กคนอื่น ■ ควรให้เด็กหยุดรักษาตัวที่บ้านประมาณ 1 สัปดาห์ หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ	กรณีที่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคมือ เท้า ปาก ควรปฏิบัติดังนี้ ■ การทำความสะอาดห้องเรียน พื้นห้อง ผนังห้องให้เช็ดถูด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรคและควรแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบทราบ ■ ถ้ามีเด็กป่วยตั้งแต่ 2 ราย ในห้องเรียนเดียวกัน ภายในเวลา 1 สัปดาห์ ต้องดำเนินการปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วยอย่างน้อย 1 วัน เพื่อทำความสะอาดและเฝ้าระวังคัดกรองเด็กป่วยภายในห้องเรียนที่มีการระบาดให้เข้มข้นต่ออีก 1 สัปดาห์ และแยกรักษาตัวจนกว่าจะหายปกติ

10 มาตรการเฝ้าระวังป้องกันควบคุมโรคในสถานศึกษา

มาตรการที่ 1 คัดกรองเด็กนักเรียน/ครู/บุคลากรก่อนเข้าสถานศึกษา

มาตรการที่ 2 แยกเด็กป่วยและการดูแลเด็กป่วยเบื้องต้น

มาตรการที่ 3 ปิดสถานศึกษา กรณีเกิดการระบาดของโรคมือ เท้า ปาก

มาตรการที่ 4 ทำความสะอาด ทำลายเชื้อ และการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

มาตรการที่ 5 ล้างมือเป็นประจำ

มาตรการที่ 6 เสริมสร้างพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคล

มาตรการที่ 7 การดูแลสุขาภิบาลอนามัยสิ่งแวดล้อม

มาตรการที่ 8 พัฒนาศักยภาพครู/ผู้ดูแลเด็กและบุคลากรในสถานศึกษา

มาตรการที่ 9 ครูถ่ายทอดองค์ความรู้เรื่องโรคติดต่อและภัยสุขภาพให้กับนักเรียน และผู้ปกครอง

มาตรการที่ 10 ตรวจสอบการรับวัคซีน (เด็กได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามเกณฑ์)

การดำเนินงานควบคุมและป้องกันการระบาด โรคมือ เท้า ปาก (Hand Foot Mouth Disease) สำหรับสถานศึกษา

1. ก่อนเปิดภาคเรียน

1.1 ทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ในห้องเรียน ห้องครัว ภาชนะใส่อาหาร รวมทั้งห้องน้ำ ห้องส้วม อาคารสถานที่ต่าง ๆ

1.2 จัดเตรียมสิ่งของเครื่องใช้ของเด็ก แยกเป็นรายบุคคล ไม่ให้ใช้ปะปนกัน เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ช้อนอาหาร เป็นต้น รวมทั้งพยายามจัดหาอุปกรณ์ให้นักเรียนได้ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนรับประทานอาหาร และหลังจากเข้าห้องส้วม

1.3 แนะนำครูในโรงเรียน เรื่องโรคมือ เท้า ปาก และอนามัยส่วนบุคคล และเตรียมการกรณีเกิดการระบาดในโรงเรียน

2. ช่วงเปิดภาคเรียน

2.1 เผยแพร่ ให้คำแนะนำ ความรู้เรื่องโรคมือ เท้า ปากแก่ผู้ปกครอง และนักเรียน รวมทั้งให้ผู้ปกครองช่วยสังเกตอาการเด็ก

2.2 ควรดูแลรักษาสุขลักษณะของสถานที่ อุปกรณ์เครื่องใช้ให้สะอาด ดูแลสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม มีการทำลายเชื้อในอุจจาระ และการกำจัดสิ่งปฏิกูลอย่างถูกต้อง

2.3 ครู/ผู้ดูแลเด็กต้องรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี หมั่นล้างมือบ่อย ๆ และตัดเล็บให้สั้น ล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง ก่อนการปรุงอาหาร ภายหลังการขับถ่าย หรือสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย หรืออุจจาระเด็ก

2.4 เฝ้าระวังโดยตรวจคัดกรองเด็กก่อนเข้าห้องเรียน ถ้ามีอาการป่วย มีไข้ หรือมีผื่นตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า ให้แยกเด็กป่วยอยู่ห้องพยาบาล ติดต่อให้ผู้ปกครองพากลับบ้านและไปพบแพทย์ โดยทั่วไปอาการโรคมือ เท้า ปาก จะไม่รุนแรงและสามารถหายเป็นปกติได้ภายใน 7 - 10 วัน แต่หากเด็กมีอาการแทรกซ้อน เช่น ไข้สูง ซึม อาเจียน หายใจหอบ ต้องรีบนำเด็กกลับไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลทันที ในกรณีที่เป็นพื้นที่ที่มีการระบาด หากพบตุ่มในปาก โดยยังไม่มีอาการอื่น ให้เด็กหยุดเรียน 5 วันทำการ หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ เนื่องจากผู้ป่วยบางรายอาจมีเพียงอาการแผลในปากเพียงอย่างเดียวโดยไม่มีผื่นตามมือ หรือเท้าก็สามารถแพร่เชื้อไปสู่เด็กคนอื่น ๆ และในสิ่งแวดล้อมได้

2.5 กรณีมีเด็กป่วย

- ให้แจ้งรายงานโรคแก่เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และขอรับคำแนะนำในการควบคุมโรค เพิ่มความถี่ในการทำความสะอาดสิ่งของที่เด็กจับต้องเป็นประจำ เช่น ของเล่น ของใช้ โต๊ะ เก้าอี้ พื้นห้อง ต้องทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยาฆ่าเชื้ออย่างน้อยวันละครั้ง (ไม่ใช่แค่กวาดด้วยไม้กวาดหรือใช้ผ้าเช็ด) สำหรับโรงเรียนที่มีของเล่นจำนวนมาก ไม่สามารถทำความสะอาดของเล่นอย่างทั่วถึงได้ทุกวัน ขอให้ลดจำนวนของเล่นสำหรับเด็กในแต่ละห้องให้เหลือเฉพาะชิ้นที่ใช้บ่อย ๆ และถ้าเป็นตุ๊กตาผ้า (ซึ่งไม่สามารถล้างได้โดยง่าย) อาจงดไม่ให้เด็กเล่นในช่วงที่มีการระบาด รวมทั้งเปิดประตูหน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก แสงแดดส่องถึง และดูแลให้สระว่ายน้ำ มีระดับคลอรีนที่ไม่ต่ำกว่ามาตรฐานคือ 1 มิลลิกรัมต่อลิตร หรือ 1 ppm (part per million)

- ให้เด็กและครูที่ดูแลมีการล้างมือบ่อยขึ้น โดยเฉพาะการล้างมือหลังเข้าห้องน้ำและก่อนรับประทานอาหาร ควรล้างมือด้วยสบู่ทุกครั้ง และไม่ควรให้สบู่อยู่ในสภาพแฉะเพราะเป็นการทำให้เชื้อติดอยู่ในก้อนสบู่และแพร่กระจายไปสู่คนอื่น ๆ ได้มากขึ้น

- ลดการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างเด็กแต่ละห้อง เท่าที่จะเป็นไปได้

- แยกของใช้ส่วนตัวของเด็ก เช่น แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ช้อน และผ้าเช็ดมือ

- แจ้งรายชื่อ และที่อยู่เด็กที่เข้าข่ายเฝ้าระวังโรคมือ เท้า ปาก ให้แก่ผู้บริหารของโรงเรียนและหน่วยงานสาธารณสุขทุกวันที่พบผู้ป่วยรายใหม่ที่เข้าข่ายการเฝ้าระวัง เพื่อให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ดำเนินการประสานงานเพื่อให้สุขศึกษาแก่ชุมชน ในการลดการเล่นคลุกคลีในเด็ก (เน้นเนื้อหาให้เด็กที่ไม่ป่วยไม่ไปเล่นคลุกคลีกับเด็กบ้านอื่น ๆ เพราะไม่รู้ว่าใครบ้างที่ป่วย) จนกว่าพ้นระยะการระบาดในชุมชนนั้น ๆ

- หากมีเด็กป่วยจำนวนมากควรพิจารณาปิดห้องเรียนที่มีเด็กป่วย หรือปิดโรงเรียนระดับชั้นเด็กเล็กที่พบเด็กป่วยมากกว่า 1 ห้องเรียน

3. ส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยที่ดี ช่วยในการป้องกันโรคติดต่อ รวมถึงโรคมือ เท้า ปาก ได้แก่

3.1 ไม่ควรนำเด็กเล็กไปในที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก ๆ เช่น สนามเด็กเล่น ห้างสรรพสินค้า ตลาดนัด และสระว่ายน้ำ ควรอยู่ในที่ที่มีการระบายถ่ายเทอากาศได้ดี

3.2 ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ ก่อนและหลังหยิบจับอาหาร หรือเตรียมอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร และภายหลังการขับถ่าย ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

3.3 ไม่ใช้ภาชนะหรือสิ่งของร่วมกัน เช่น จาน ชาม ช้อน แก้วน้ำ หรือหลอดดูดร่วมกัน และใช้ช้อนกลางในการตักอาหาร

3.4. ใช้ผ้าเช็ดหน้าปิดปากและจมูก เมื่อไอหรือจาม และล้างมือให้สะอาด หลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วย และระมัดระวังการไอจามรดกัน

4. การแจ้งการระบาด ขอเอกสาร และคำแนะนำได้ที่หน่วยงานบริการด้านสาธารณสุขในพื้นที่ เช่น

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โรงพยาบาลอำเภอและศูนย์บริการสาธารณสุขเขตในพื้นที่กรุงเทพมหานครฯ ทั้งนี้ กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมควบคุมโรค ยินดีให้ความสนับสนุนด้านวิชาการ เพื่อให้ท่านสามารถดำเนินการในการป้องกันโรคได้อย่างเต็มที่

<u>คำแนะนำสำหรับประชาชน</u>

1. พ่อแม่ผู้ปกครอง ควรแนะนำสุขอนามัยส่วนบุคคลแก่บุตรหลาน และผู้ดูแลเด็ก โดยเฉพาะการล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนการเตรียมอาหารหรือก่อนรับประทานอาหาร และหลังขับถ่าย การรักษาสุขอนามัยในการรับประทานอาหาร เช่น การใช้ช้อนกลาง หลีกเลี่ยงการใช้แก้วน้ำร่วมกัน นอกจากนั้นควรให้เด็กอยู่ที่ที่มีการระบายอากาศที่ดี ไม่พาเด็กเล็กไปในที่แออัด

2. ผู้ประกอบการในสถานเลี้ยงเด็กควรดูแลให้มีการปฏิบัติตามมาตรฐานด้านสุขลักษณะของสถานที่อย่างสม่ำเสมอ เช่น การเช็ดถูอุปกรณ์เครื่องเรือน เครื่องเล่น หรืออุปกรณ์การเรียนการสอนต่าง ๆ ด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรคเป็นประจำ รวมทั้งการกำจัดอุจจาระให้ถูกต้องและล้างมือบ่อย ๆ

3. ในโรงเรียนอนุบาล และโรงเรียนประถมศึกษา ควรเพิ่มเติมความรู้เรื่องโรคและการป้องกันตนเอง เช่น ไม่คลุกคลีใกล้ชิดกับเด็กป่วย การล้างมือและการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล (ตามแนวทางป้องกันควบคุมการระบาดของโรคมือ เท้า ปาก ในศูนย์เด็กเล็ก ในสถานรับเลี้ยงเด็กและสถานศึกษา)

4. ผู้ดูแลสระว่ายน้ำ ควรรักษาสุขลักษณะของสถานที่ตามประกาศของกรมอนามัย เพื่อป้องกันการระบาดของโรคมือ เท้า ปาก

5. ในกรณีที่เด็กมีอาการป่วยซึ่งสงสัยเป็นโรคมือ เท้า ปาก ควรรีบพาไปพบแพทย์ทันที และแยกเด็กอื่นไม่ให้คลุกคลีใกล้ชิดกับเด็กป่วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ที่มีการระบาด หากเด็กมีตุ่มในปาก โดยที่ยังไม่มีอาการอื่น ให้หยุดเรียน อยู่บ้านไว้ก่อน ให้เด็กที่ป่วยขับถ่ายอุจจาระลงในที่รองรับ แล้วนำไปกำจัดให้ถูกสุขลักษณะในส้วมหากเด็กมีอาการป่วยรุนแรงขึ้น เช่น ไม่ยอมทานอาหาร ไม่ยอมดื่มน้ำ ต้องรีบพาไปรักษาที่โรงพยาบาลใกล้บ้านทันที

การดำเนินงานควบคุมและป้องกันการระบาด
โรคติดเชื้อทางเดินหายใจจากเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) สำหรับสถานศึกษา

การปฏิบัติเมื่อเจ็บป่วย

๑. กรณีที่มีอาการควรหยุดพัก หยุดเรียน หยุดงาน ปิดปากและจมูกเมื่อไอหรือจาม

๒. ควรดื่มน้ำมาก ๆ เพราะน้ำจะช่วยให้สารคัดหลั่ง เช่น เสมหะ หรือน้ำมูก ไม่เหนียวจนเกินไป และไม่ไปขัดขวางการทำงานของระบบทางเดินหายใจ

การป้องกัน

๑. ล้างมือให้สะอาด ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ก่อนและหลังรับประทานอาหาร หลังเข้าห้องน้ำ หรือหลังจากทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะเมื่อต้องสัมผัสกับสารคัดหลั่งของผู้ป่วย

๒. หลีกเลี่ยงการคลุกคลีหรือสัมผัสกับผู้ป่วย

๓. หลีกเลี่ยงการนำมือที่ไม่สะอาดมาป้ายจมูกหรือตา

๔. หลีกเลี่ยงการใช้ของใช้ส่วนตัวร่วมกัน

๕. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ถูกสุขลักษณะ ดื่มน้ำมาก ๆ และพักผ่อนให้เพียงพอ

๖. ผู้ป่วยต้องปิดปากหรือใส่หน้ากากอนามัยเวลาไอจามเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ และควรงดไปในสถานที่ที่มีคนแออัด ควรหยุดเรียนอย่างน้อย ๑ - ๒ สัปดาห์ หรือจนอาการหายเป็นปกติ เพื่อเป็นการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

๗. ทำความสะอาดของเล่นเด็ก อุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ให้สะอาดอยู่เสมอ

๘. หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ทารกที่สูดดมควันบุหรี่เข้าไปมีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อไวรัส RSV และพบอาการที่รุนแรงได้มากกว่า

คำแนะนำสำหรับสถานศึกษา

๑. จัดให้มีระบบการคัดกรองเด็กป่วยก่อนเข้าสถานศึกษา โดยการคัดกรองจะพิจารณาทั้งอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก หากพบว่าเด็กมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก ให้สถานศึกษาทำการคัดแยกเด็ก ใส่หน้ากากอนามัยให้กับเด็ก และให้ผู้ปกครองรับกลับบ้าน อนึ่ง สถานศึกษาควรให้คำแนะนำในการดูแลผู้ป่วยที่บ้านกับผู้ปกครองด้วย

๒. หากพบว่ามีนักเรียนป่วย อาจพิจารณาปิดสถานศึกษาเพื่อการชะลอการระบาดของโรคและการแพร่กระจายเชื้อ โดยใช้ดุลยพินิจร่วมกันระหว่างเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ ผู้บริหารสถานศึกษาและคณะกรรมการสถานศึกษา รวมทั้งเครือข่ายผู้ปกครอง

๓. โรงเรียนควรทำความเข้าใจกับผู้ปกครองและนักเรียน ให้ผู้ปกครองและนักเรียนเข้าใจความจำเป็นที่จะต้องให้นักเรียนที่ป่วยหยุดเรียน

๔. วิธีการจัดการภายในสถานศึกษา

๔.๑ สถานศึกษาจัดเตรียมจุดล้างมือให้พร้อม (น้ำพร้อมสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์) โดยเฉพาะในห้องน้ำและโรงอาหาร

๔.๒ ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ต้องสัมผัสร่วม เช่น ราวบันได เครื่องเล่นคอมพิวเตอร์ จุดตู้น้ำดื่ม เป็นประจำ

๔.๓ จัดเตรียมหน้ากากอนามัยไว้ ณ ห้องพยาบาล เพื่อให้สามารถหยิบใส่ให้กับนักเรียนที่มีอาการไข้ ไอ จาม ได้สะดวก และมีการประชาสัมพันธ์ให้นักเรียนที่มีอาการไอ จาม มีน้ำมูก ให้ใส่หน้ากากอนามัย และแจ้งกับครูเพื่อให้ครูติดต่อให้ผู้ปกครองรับกลับบ้าน

๔.๔ สถานศึกษาควรส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างจริงจังและสม่ำเสมอเพื่อสร้างภูมิต้านทานให้กับร่างกายของนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

๔.๕ ให้นักเรียนจัดเตรียมแก้วน้ำและช้อนรับประทานอาหารเป็นของตนเอง หากต้องรับประทานอาหารร่วมกันให้ใช้ช้อนกลาง

๔.๖ หากสถานศึกษามีรถรับส่ง ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยไว้ในรถ เพื่อให้นักเรียนที่มีอาการไอ จาม หรือเป็นหวัด สวมใส่เวลานั่งในรถ และควรทำความสะอาดภายในรถเป็นประจำ

หมายเหตุ : การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อของโรคติดเชื้อทางเดินหายใจจากเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) หากเด็กมีอาการป่วยควรให้หยุดเรียนอย่างน้อย ๓ วัน เพื่อเป็นการป้องกันการแพร่เชื้อให้ผู้อื่น