



## แนวทางปฏิบัติด้านสาธารณสุขตามมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 สำหรับหอพักแพทย์ พยาบาล และบุคลากรทางการแพทย์

### ความเป็นมา

จากสถานการณ์การระบาดของโควิด-19 ในประเทศต่างๆ พบว่า บุคลากรทางการแพทย์ที่ทำงานในโรงพยาบาลมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด-19 จากการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย ผู้ที่อยู่ในข่ายต้องสงสัยว่าป่วย หรือผู้ติดเชื้อแต่ไม่แสดงอาการหรือมีการปกปิดข้อมูล การทำหัตถการ การทำงานเป็นระยะเวลาาน รวมทั้งการติดเชื้อที่เกิดจากการทำงานที่มีลักษณะใกล้ชิดกันในพื้นที่จำกัด สำหรับพื้นที่ของโรงพยาบาลและห้องเวร ได้มีการดูแลตามมาตรฐานการป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาลเรียบร้อยแล้ว แต่สำหรับอาคารที่พักของบุคลากร ควรมีมาตรการดูแลอาคารหอพัก เพื่อดูแลป้องกันมิให้มีการแพร่เชื้อโรคภายในหอพัก ดังนี้

๑. ในสถานการณ์ที่มีผู้ป่วยด้วยโควิด-19 ควรพิจารณาจัดที่พักแยกเป็นการเฉพาะสำหรับบุคลากรที่รับผิดชอบงานโดยตรง

๒. พิจารณาสัดส่วนของผู้พักต่อพื้นที่อย่างเหมาะสม เพื่อไม่ให้ความหนาแน่นมากเกินไป จนมีความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อโรคได้

๓. ควรกำหนดมาตรการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลไม่น้อยกว่า ๑ เมตร และลดความแออัดในบริเวณพื้นที่ต่างๆ เช่น จัดระยะห่างของเก้าอี้ที่นั่งในพื้นที่ส่วนกลาง ทำเครื่องหมายกำหนดระยะห่างในบริเวณที่ต้องมีการรอ จำกัดจำนวนคนในการใช้ลิฟท์ เป็นต้น

๔. จัดให้มีที่ล้างมือพร้อมสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์สำหรับทำความสะอาดมือไว้บริการในบริเวณต่าง ๆ อย่างเพียงพอ เช่น บริเวณทางเข้าออกอาคาร หน้าลิฟท์ ห้องนั่งเล่นส่วนกลาง เป็นต้น

๕. ให้มีการประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรทางการแพทย์ทำการประเมินตนเอง และสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลา ขณะอยู่ในพื้นที่ส่วนกลางของหอพัก ควรเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล

๖. ให้มีการทำความสะอาดในพื้นที่ต่างๆ โดยเน้นจุดที่มีผู้สัมผัสร่วมกัน เป็นประจำอย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง และอาจเพิ่มความถี่มากขึ้น หากมีผู้ใช้งานจำนวนมาก ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและอาจฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ ๗๐% หรือโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ๐.๑% ในพื้นที่ ดังนี้

- บริเวณพื้นที่ส่วนกลาง พื้นผิวสัมผัส อุปกรณ์ เครื่องใช้ เช่น เคาน์เตอร์ ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ จุดประชาสัมพันธ์ โต๊ะ ที่นั่ง

- สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น เครื่องซักผ้าหยอดเหรียญ ตู้น้ำดื่มหยอดเหรียญ ตู้จำหน่ายสินค้าอัตโนมัติ ตู้เครื่องดื่มหยอดเหรียญ โดยเน้นจุดที่มีผู้สัมผัสร่วม เช่น ปุ่มกดรายการ ฝาช่องรับสินค้า

- ห้องส่วนกลาง เน้นบริเวณจุดเสี่ยง ได้แก่ กลอนหรือลูกบิดประตู ก๊อกน้ำ อ่างล้างมือ ที่รองนั่งโถส้วม ที่กดโถส้วมหรือโถปัสสาวะ สายฉีดน้ำชำระ และพื้นห้องส้วม

๗. จัดให้มีการระบายอากาศที่เหมาะสม โดยตรวจสอบประสิทธิภาพของเครื่องปรับอากาศส่วนกลางให้อยู่ในสภาพดี และมีการระบายอากาศที่ดีโดยเฉพาะบริเวณที่อับอากาศ เช่น ลิฟท์ ห้องน้ำส่วนกลาง เป็นต้น

๘. จัดให้มีภาชนะรองรับขยะประเภทต่างๆ ที่สะอาด สภาพดี และมีฝาปิด พร้อมติดป้ายแสดงขยะประเภทต่างๆ กำหนดให้มีจุดรวบรวม เพื่อรอไปกำจัดอย่างถูกต้องต่อไป สำหรับหน้ากากอนามัยอาจหนดให้มีการรวบรวมเป็นการเฉพาะเพื่อนำไปกำจัดแบบขยะติดเชื้อต่อไป

๙. ควรมีการเฝ้าระวังคุณภาพน้ำ โดยตรวจสอบปริมาณคลอรีนอิสระคงเหลือในน้ำอุปโภคให้มีความเข้มข้นไม่น้อยกว่า ๐.๕ ppm ในช่วงที่มีการระบาดของโรคโควิด - 19

๑๐. กำหนดแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้พักในห้องพัก เช่น

- เมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน ควรอาบน้ำ เปลี่ยนเครื่องแต่งกายก่อนกลับห้องพัก รวมทั้งให้เก็บรองเท้าและเสื้อผ้าไว้ในที่โรงพยาบาล หรือควรอาบน้ำทันทีเมื่อถึงห้องพัก

- ให้ผู้ที่พักในห้องพัก ประเมินตนเองก่อน หากพบว่ามิใช่ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือมีอุณหภูมิร่างกายเท่ากับหรือมากกว่า ๓๗.๕ องศาเซลเซียส ขึ้นไป หรือมีอาการระบบทางเดินหายใจ ให้รายงานหัวหน้า เพื่อเข้าสู่ระบบการดูแลของโรงพยาบาลต่อไป

- มีการดูแลตนเอง โดยการสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ๑-๒ เมตร หลีกเลี่ยงการพูดคุยในระยะใกล้ชิด และไม่ใช้สิ่งของเครื่องใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เช่น ผ้าเช็ดตัว ช้อนจาน ชาม แก้วน้ำ เป็นต้น) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาด หรือด้วยเจลแอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ (เช่น ทุกครั้งก่อนและหลังรับประทานอาหาร หลังการทำความสะอาดห้องพัก หลังการใช้ส้วม เป็นต้น) หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง และดูแลรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล

- ดูแลภายในห้องพักให้สะอาด และทำความสะอาดบริเวณที่ต้องสัมผัสบ่อย (เช่น ลูกบิดหรือกลอนประตู โต๊ะ เก้าอี้) เปิดประตู หน้าต่างห้องพัก เป็นประจำทุกวันเพื่อระบายอากาศ หากมีการใช้เครื่องปรับอากาศให้มีการทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้ง คัดแยกขยะ รวบรวมใส่ถุงขยะ มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งตามเงื่อนไขที่ห้องพักกำหนด ก่อนนำไปกำจัดอย่างถูกต้อง

๑๑. มีมาตรการกำกับดูแลพนักงานอื่นที่เกี่ยวข้อง เช่น แม่บ้าน พนักงานทำความสะอาด โดยหากพบว่ามิใช่ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดงานและแนะนำให้พบแพทย์ ให้สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในอาคาร ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์บ่อย ๆ และต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑-๒ เมตร หากรับผิดชอบด้านการทำความสะอาด ให้สวมถุงมือ ผ่ากันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง ใช้ที่คีบด้ามยาวเก็บขยะใส่ถุงมัดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ เมื่อเสร็จสิ้นการปฏิบัติงาน ให้ล้างมือให้สะอาด เมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

๑๒. หากมีบริการอื่นๆ ภายในห้องพัก เช่น ร้านอาหาร ร้านเครื่องดื่ม สถานที่รับประทานอาหาร ร้านเสริมสวย หรือและกิจการอื่นๆ ให้ปฏิบัติตามแนวทางปฏิบัติในด้านนั้นๆ

๑๓. หากพบผู้ป่วยยืนยัน หรือมีข้อมูลบ่งชี้ว่าหอพักอาจเป็นจุดแพร่เชื้อได้ ให้ผู้รับผิดชอบร่วมมือกับเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อในการดำเนินการต่างๆ เช่น การสอบสวนโรค การทำความสะอาดพื้นที่ต่าง ๆ เป็นต้น

๑๔. มาตรการอื่นๆ นอกจากนี้ ให้เป็นไปตามระเบียบของหอพักและให้มีลักษณะเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อและสามารถติดตาม สอบสวนโรคได้ เช่น กิจกรรมการรวมตัวสังสรรค์ การกำหนดให้บุคคลภายนอกเข้าพัก หรือผู้มาติดต่ออื่นๆ มีการลงทะเบียน เพื่อการติดตาม ตรวจสอบกรณีพบผู้ป่วยที่เกี่ยวข้องกับหอพัก

๒๓ พฤษภาคม ๒๕๖๓