



แนวทางปฏิบัติด้านสาธารณสุข

ตามการผ่อนคลายการบังคับใช้ตามมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด - 19 ในระยะที่ ๔
สำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ สปา หรือสถานประกอบการนวดแผนไทย

กรมอนามัย

สถานประกอบการเพื่อสุขภาพ สปา หรือสถานประกอบการนวดแผนไทย ให้เปิดดำเนินการรอบตัว
อบสมุนไพรหรืออบไอน้ำแบบรวม และการนวดบริเวณใบหน้า ยกเว้น ในส่วนของสถานประกอบการอาบน้ำ
อบ นวด ยังไม่อนุญาตให้เปิดดำเนินการ การให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ อาจก่อให้เกิดการ
แพร่กระจายของเชื้อโรคได้ ทั้งจากการสัมผัสระหว่างบุคคล หรือจากการสัมผัสจากอุปกรณ์ต่างๆ กำหนดให้
ต้องลงทะเบียนและยืนยันการปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโรคตามที่ทางราชการกำหนด โดยมีแนวทางปฏิบัติ
สำหรับเจ้าของสถานประกอบการ พนักงานหรือผู้ให้บริการ และผู้รับบริการ ดังนี้

๑. แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้ประกอบการ

๑) ให้มีระบบการคัดกรองพนักงานและผู้ให้บริการ หากพบว่ามีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ
หรือมีอุณหภูมิร่างกายเท่ากับหรือมากกว่า ๓๗.๕ องศาเซลเซียส ขึ้นไป แจ้งงดให้บริการ และแนะนำไปพบ
แพทย์

๒) ให้พนักงานและผู้ให้บริการ ต้องสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่ใช้บริการ และจัดให้มีอุปกรณ์
ป้องกันตนเองที่จำเป็นสำหรับพนักงาน เช่น ถุงมือ แผ่นใสครอบหน้า (Face shield) เป็นต้น

๓) จัดให้มีที่ล้างมือพร้อมสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ไว้บริการในบริเวณต่างๆ เช่น หน้าประตูร้าน
จุดนั่งพักรอ พื้นที่ให้บริการ เป็นต้น และจัดอีกส่วนหนึ่งเฉพาะสำหรับพนักงาน อย่างเพียงพอ

๔) จำกัดจำนวนผู้ให้บริการไม่ให้แออัด และจำกัดระยะเวลาการให้บริการไม่เกิน ๒ ชั่วโมง ให้มีการ
ลงทะเบียนเพื่อจองคิว รวมทั้งลดการสัมผัส เช่น จ่ายเงินแบบออนไลน์

๕) การจัดพื้นที่ และการจัดระยะห่างที่เหมาะสม

- การจัดพื้นที่แยกเป็นสัดส่วน และจัดระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑ เมตร เช่น ระยะห่าง
ระหว่างที่นั่งซักประวัติ ที่นั่งรอ หรือยืนต่อคิว โดยมีเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์ที่ชัดเจน

- การจัดห้องให้บริการนวด ๑ คนต่อห้อง กรณีที่เป็นห้องรวม เตียงนวดหรือเบาะนวด ให้เว้น
ระยะห่างอย่างน้อย ๑.๕ เมตร และต้องมีม่านกันเป็นสัดส่วน ห้องรวมออนเซ็น อบอุ่นสมุนไพร อบอุ่นน้ำ ให้
เว้นระยะนั่งหรือยืนห่างกันอย่างน้อย ๒ เมตร และจัดสถานที่สำหรับเก็บผ้า และอุปกรณ์ของผู้รับบริการให้
มิดชิดเพื่อป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค

๖) ให้ทำความสะอาดพื้นที่หรือบริเวณที่มีการสัมผัสร่วมกัน ดังนี้

- พื้นที่โดยรอบ พื้นผิวสัมผัส อุปกรณ์ เครื่องใช้ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและอาเจฆ่าเชื้อ
เน้นจุดที่มีผู้สัมผัสร่วมกัน เช่น เคาน์เตอร์ จุดนั่งพักรอ ด้ามจับประตู ราวบันได เป็นต้น ด้วยแอลกอฮอล์ ๗๐ %
หรือ โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๐.๑%

- บริเวณและภายในห้องส้วม อย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง และอาจเพิ่มความถี่ในการทำ ความสะอาดมากขึ้น ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและอาจฆ่าเชื้อโรคด้วยสารฆ่าเชื้อโรคบริเวณจุดเสี่ยง ได้แก่ กลอนหรือลูกบิด ประตู ก๊อกน้ำอ่างล้างมือ ที่รองนั่งโถส้วม ที่กดโถส้วมหรือโถปัสสาวะ สายฉีดน้ำชำระ และพื้นห้องส้วม ทั้งนี้ ต้องจัดให้มีสบู่สำหรับล้างมืออย่างเพียงพอ

๗) ให้ทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ในการให้บริการ ดังนี้

- อุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือเครื่องใช้ในการให้บริการ อย่างถูกสุขลักษณะหลังให้บริการ ทุกครั้ง ด้วยน้ำยาทำความสะอาด และอาจฆ่าเชื้อโรคด้วยสารฆ่าเชื้อโรค เช่น แอลกอฮอล์ ๗๐% หรือ โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๐.๑% หรือตู้อบสเตอร์ไรล์

- เปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ปลอกหมอน ผ้าขนหนู ภายหลังจากให้บริการแต่ละราย และใช้เสร็จแล้วให้ ทำความสะอาดทุกครั้ง

๘) ตรวจสอบคุณภาพน้ำในบ่ออ่อนเช่นให้มีปริมาณคลอรีนตามเกณฑ์มาตรฐานการฆ่าเชื้อโรคของบ่อ อ่อนเช่นในทุกระบบ และแสดงให้ผู้ใช้บริการทราบ

๙) จัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดไว้บริเวณภายในสถานที่อย่างเพียงพอ และเก็บรวบรวมขยะเพื่อส่งไปกำจัด อย่างถูกต้อง

๑๐) จัดให้มีระบบระบายอากาศที่ดี มีอัตราการหมุนเวียนของอากาศอย่างเพียงพอทั้งในอาคารและ ห้องสุขา และทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศสม่ำเสมออย่างน้อยทุก ๖ เดือน

๑๑) ชี้แจงให้ผู้ให้บริการ ทราบขั้นตอนวิธีปฏิบัติในการเข้าใช้บริการสถานที่ และให้คำแนะนำสื่อ ประชาสัมพันธ์การป้องกันและการลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายเชื้อโรคให้กับพนักงานและผู้ให้บริการ ปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

๒. แนวทางปฏิบัติสำหรับพนักงานหรือผู้ให้บริการ

๑) สังเกตอาการตนเองสม่ำเสมอ หากมีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงาน แจ้งหัวหน้างานและพบแพทย์ทันที

๒) สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า และสวมแผ่นใสครอบหน้า (Face Shield) สำหรับผู้ให้บริการ ที่อาจต้องใกล้ชิดกันระหว่างผู้ให้บริการและผู้รับบริการ รวมทั้งสวมชุดปฏิบัติงานที่สะอาดทุกครั้งที่ได้รับบริการ

๓) หมั่นล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ บ่อย ๆ และหลังการสัมผัสสัตว์ หยิบจับสิ่งของ หรือจุดที่มีการสัมผัสร่วมกัน หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

๔) ขณะปฏิบัติงานต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑ เมตร

๕) การเก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู ให้ม้วนออกห่างจากตนเอง และไม่ควรร สะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย

๖) งดหรือเลี่ยงการพูดคุยเกินความจำเป็นขณะให้บริการ และห้ามรับประทานอาหารในพื้นที่ให้บริการ

๗) สังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการ และตรวจสอบหรือสังเกตบาดแผลตามร่างกายหรือผิวหนัง ของผู้รับบริการ หากพบว่ามีบาดแผลควรแจ้งให้บริการ

๘) พนักงานทำความสะอาด พนักงานเก็บรวบรวมมูลฝอย ต้องป้องกันตนเอง โดยสวมหน้ากากผ้าหรือ หน้ากากอนามัย สวมถุงมือยาง ผ้ายางกันเปื้อน ใช้อุปกรณ์ที่มีด้ามยาวเก็บขยะ ใส่ภาชนะเก็บรวบรวมและ นำไปกำจัดอย่างเหมาะสมกับของเสียแต่ละประเภท หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่ จำเป็น หลังจากเสร็จสิ้นการปฏิบัติงานในแต่ละครั้ง ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ และเมื่อปฏิบัติงานเสร็จใน แต่ละวัน หากเป็นไปได้ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

๓. แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้ให้บริการ

๑) สังเกตอาการตนเองสม่ำเสมอ หากมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้งดเข้าใช้บริการ และพบแพทย์ทันที

๒) สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่เข้าใช้บริการ

๓) เว้นระยะนั่ง ยืนระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑ เมตร

๔) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์ ก่อนเข้าและออกจากสถานที่หรือหลังจากหยิบจับสิ่งของ หรือจุดที่มีการสัมผัสร่วมกัน หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น เมื่อกลับถึงบ้านควรเปลี่ยนเสื้อผ้าและอาบน้ำทันที

๕) กรณีเป็นกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคระบบทางเดินหายใจ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ควรหลีกเลี่ยงช่วงเวลาที่มีคนจำนวนมาก

๖) ให้ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสถานบริการอย่างเคร่งครัด

๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๓

เอกสารแนบท้าย

สถานประกอบกิจการสปา หมายถึง สถานที่ให้บริการเกี่ยวกับการดูแลและเสริมสร้างสุขภาพโดยวิธีการบำบัดด้วยน้ำ และการนวดร่างกายเป็นหลัก ประกอบกับการให้บริการอื่นอีกอย่างน้อยสามอย่างร่วมด้วย ดังนี้

- (๑) การขัดผิวกาย
- (๒) การขัดผิวหน้า
- (๓) การใช้ผ้าห่มร้อน
- (๔) การทำความสะอาดผิวกาย
- (๕) การทำความสะอาดผิวหน้า
- (๖) การทำสมาธิ
- (๗) การนวดหน้า
- (๘) การบริการอาหารหรือเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
- (๙) การบำรุงผิวกาย
- (๑๐) การบำรุงผิวหน้า
- (๑๑) การประคบด้วยความเย็น
- (๑๒) การประคบด้วยหินร้อน
- (๑๓) การปรับสภาพผิวหน้า
- (๑๔) การแปรงผิว
- (๑๕) การพอกผิวกาย
- (๑๖) การพอกผิวหน้า
- (๑๗) การพันตัว
- (๑๘) การพันร้อน
- (๑๙) การอบซาวน่า
- (๒๐) การอบไอน้ำ
- (๒๑) การอาบด้วยทรายร้อน
- (๒๒) ชิบอล
- (๒๓) ไทเก็ก
- (๒๔) ไทชิ
- (๒๕) พิลาทิส
- (๒๖) ฟิตบอล
- (๒๗) โยคะ
- (๒๘) ฤาษีตัดตน
- (๒๙) แอโรบิก

สถานประกอบกิจการสปา และนวดเพื่อสุขภาพ ในที่นี้ไม่รวมถึงการดำเนินการในสถานพยาบาล ตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาล หรือการอาบน้ำ นวด หรืออบตัว ที่เป็นการให้บริการในสถานอาบน้ำ นวด หรืออบตัว ตามกฎหมายว่าด้วยสถานบริการ