

คำแนะนำ การป้องกันควบคุมโรคไวรัสโคโรนา 19 (COVID-19)
สำหรับการจัดการประชุม สัมมนา หรือกิจกรรมอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

11 กุมภาพันธ์ 2563

การจัดประชุม สัมมนา หรือกิจกรรมอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน ที่มีการรวมกันของคนหมู่มาก เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการแพร่ของเชื้อโรคไวรัสโคโรนา 19 (COVID-19) และเชื้อโรคอื่นในโรกระบบทางเดินหายใจ เนื่องจากเชื้อโรคเหล่านี้สามารถแพร่ได้จากการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการเล็กน้อยได้

หากผู้จัดการประชุมได้มีการพิจารณาแล้วเห็นว่า ผู้เข้าประชุม หรือผู้ร่วมกิจกรรมมีประวัติหรือโอกาสที่เดินทางจากพื้นที่การระบาดของโรค และไม่มีเหตุผลความจำเป็นเร่งด่วนในการจัดประชุม สัมมนา ควรเลื่อนการจัดประชุม สัมมนา หรือกิจกรรมออกไปก่อน

หากผู้จัดการประชุมมีเหตุผลอันสมควรที่จำเป็นจะต้องจัดประชุม สัมมนา หรือกิจกรรม ควรเตรียมความพร้อมในการคัดกรองผู้เข้าร่วมประชุม ป้องกันและควบคุมโรคที่เข้มงวดและดีพอ

- คำแนะนำสำหรับผู้จัดการประชุม สัมมนา หรือกิจกรรมอย่างอื่นที่มีลักษณะเดียวกัน

1. จัดให้มีระบบคัดกรองผู้ที่มีอาการไข้ ร่วมกับอาการระบบทางเดินหายใจ ทุกวันก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ในกรณีที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งของโรกระบบทางเดินหายใจ เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ จาม มีน้ำมูก ให้แนะนำให้พบแพทย์ และงดการเข้าร่วมกิจกรรมจนกว่าจะหายป่วย ในกรณีของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่ไม่พบอาการ หรืออาการแสดงดังกล่าว ให้จัดทำสัญลักษณ์ติดประจำตัวผู้นั้นให้เห็นชัดเจน ก่อนเข้าร่วมประชุม

2. จัดเตรียมจุดล้างมือหรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ โดยเฉพาะในบริเวณที่มีการใช้งานร่วมกันจำนวนมาก เช่น ห้องประชุม ห้องสุขา จุดลงทะเบียน จุดบริการอาหารและเครื่องดื่ม เป็นต้น

3. จัดให้มีหน้ากากอนามัย แจกจ่ายให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง ให้คำแนะนำแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนให้สวมใส่หน้ากากอนามัยไว้ตลอดเวลาที่เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อลดการแพร่ของเชื้อโรคต่างๆ ในระบบทางเดินหายใจกระจายของเชื้อโรค

แนวทางการตรวจคัดกรองโรค COVID19

1. ผู้ที่มีอุณหภูมิร่างกาย 37.5 C ขึ้นไป
(หากวัดได้ใช้ ให้วัดซ้ำอีก 2 ครั้งใน
ตำแหน่งที่ต่างกันเพื่อยืนยัน 2 ใน 3 ครั้ง)
2. ผู้ที่มีอาการ ไข้ ไอ เสมหะ หอบเหนื่อย
เจ็บคอ (อย่างใดอย่างหนึ่ง)
3. มีประวัติการเดินทางมาจากประเทศที่มีการ
ระบาดของโรค COVID-19 ภายใน 14 วัน
หากพบว่ามีข้อใดข้อ 1 ใน 3 ข้อ ไม่สมควรที่จะ
เข้าร่วมงานประชุม

4. ให้คำแนะนำแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ในการล้างมือด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล ก่อนและหลังจากเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกิจกรรม ก่อนออกจากสถานที่จัดการประชุม สัมมนา เป็นต้น

5. จัดให้มีจุดแนะนำและพยาบาลสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยสามารถให้บริการปฐมพยาบาลให้การดูแลรักษาเบื้องต้นแก่ผู้ป่วย โดยแยกผู้ป่วยออกจากกิจกรรมการรวมตัวนั้น โดยอาจแนะนำให้พักรักษาตัวที่บ้านหรือที่พัก หากเห็นว่าควรส่งกลับไปรักษาตัวที่บ้าน ที่พัก หรือโรงพยาบาล ตามแต่กรณี และในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการเข้าได้กับผู้สัมผัสโรคไวรัสโคโรนา 19 (COVID-19) ให้พิจารณาส่งต่อไปรับการตรวจวินิจฉัยในสถานพยาบาลที่มีการประสานไว้ล่วงหน้า

6. จัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมาก เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู ห้องน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ 70% แอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง

7. จัดหา จัดทำสื่อประชาสัมพันธ์คำแนะนำการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค เช่น วิธีการสวมใส่ และวิธีการใช้หน้ากากอนามัยที่ถูกต้อง วิธีการล้างมือที่ถูกต้อง รวมทั้งให้ผู้ร่วมกิจกรรมทราบข้อมูลที่จำเป็นต่างๆ จากแหล่งอ้างอิงข้อมูลที่เชื่อถือได้

8. ควบคุมความแออัดของผู้เข้าร่วมกิจกรรมในพื้นที่ต่างๆ ของการประชุม สัมมนา และกิจกรรมอื่นที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน เช่น จัดสถานที่และห้องประชุมให้กว้างขวางเพียงพอ ไม่ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนั่งหรือยืนอยู่รวมกันอย่างเบียดเสียด กระจายมุมบริการอาหารและเครื่องดื่ม เป็นต้น

● คำแนะนำสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรม

1. ควรงดเข้าร่วมกิจกรรม หากตนเองมีอาการป่วย^ยของโรคระบบทางเดินหายใจ

2. ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล สำหรับใช้ของตนเองให้

เพียงพอ และควรปฏิบัติตามหลักสุขอนามัย เช่น ล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล การสวมใส่หน้ากากอนามัย

3. หากพบว่าตนเองป่วยหรือเริ่มป่วย ควรติดต่อขอเข้ารับการรักษาตามขั้นตอน และหากมีอาการป่วยนั้นเข้าได้กับโรคในระบบทางเดินหายใจควรงดเข้าร่วมกิจกรรมทันที

4. หากสังเกตเห็นผู้ร่วมกิจกรรมมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก ผิดปกติ ควรแนะนำให้ผู้มีอาการติดต่อเจ้าหน้าที่ ณ จุดปฐมพยาบาล เพื่อรับการรักษาตามขั้นตอน และขอรับหน้ากากอนามัยมาสวมใส่

5. หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้มีอาการป่วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ป่วยที่มีอาการโรคในระบบทางเดินหายใจที่ไม่ป้องกันตนเอง

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

(11 ก. พ. 2563)

ประเภทของการล้างมือ

การล้างมือทั่วไป Normal hand washing

- ✓ สบู่ก่อนหรือสบู่เหลว
- ✓ ล้างมือและนิ้วมือ
- ✓ ระยะเวลา 15-30 วินาที
- ✓ เมื่อมีสิ่งสกปรก หรือเชื้อโรคบนมือ
- ✓ ต้องมีอ่างล้างมือ และผ้าเช็ดมือ

การล้างมือด้วยแอลกอฮอล์เจล Alcohol gel handrub

- ✓ แอลกอฮอล์เจล
- ✓ ล้างมือและนิ้วมือ
- ✓ ระยะเวลา 15-20 วินาทีจนแห้ง
- ✓ เมื่อไม่มีสิ่งสกปรกบนมือ
- ✓ ที่ไหนก็ได้





ชนิดของหน้ากากอนามัย

	หน้ากากผ้า	หน้ากากอนามัย	หน้ากาก N95	หน้ากาก N95 และมีวาล์ว
ขนาดของสิ่งที่กรอง	> 10 ไมครอน ขึ้นกับชนิดของผ้า	> 5 ไมครอน	0.3 ไมครอน กรองได้ 95%	0.3 ไมครอน กรองได้ 95%
การใช้งาน	หลายครั้ง	ครั้งเดียว	ครั้งเดียว อาจใช้ได้ 2-5 ครั้ง ขึ้นกับการใช้งาน	ครั้งเดียว อาจใช้ได้ 2-5 ครั้ง ขึ้นกับการใช้งาน
ราคา	หลักหน่วย-สิบ	หลักหน่วย-สิบ	หลักสิบ-ร้อย	หลักร้อย
แนะนำสำหรับ	ผู้ที่ไม่ป่วย ต้องซักบ่อยๆ	ผู้ป่วย และผู้ที่มีความเสี่ยง ต่อการรับเชื้อ	บุคลากรทางการแพทย์	บุคลากรทางการแพทย์



คุณสมบัติของหน้ากากอนามัย

1. กั้นน้ำ
2. กรองอนุภาคและแบคทีเรียขนาดเล็กได้
3. สามารถหายใจผ่านได้



วิธีใส่หน้ากากอนามัยให้ถูกต้อง

ขั้นตอนการใส่หน้ากากอนามัย

- ล้างมือให้สะอาด ก่อน-หลังสวม และถอดหน้ากากทุกครั้ง
- จับสายคล้องหู ทั้ง 2 ข้าง
- สวมคลุมจมูกและปาก หันด้านสีเข้มออก
- ดัดลวดให้แนบกับ สันจมูกและใบหน้า
- ดึงขอบล่างให้ ครอบคลุมใต้คาง

- ล้างมือให้สะอาดก่อนใส่หน้ากากอนามัยทุกครั้ง
- หันสีเข้มออกด้านนอก เนื่องจากมีสารเคลือบ กันละอองของเหลวป้องกันเชื้อโรค
- สีอ่อนอยู่ด้านใน เนื่องจากมีเยื่อบุแผ่นกรอง ขนาดเล็ก เพื่อป้องกันสารคัดหลั่งของผู้ใส่ ไม่ให้ออกจากตัวเราสู่สิ่งแวดล้อม
- ปรับบริเวณลวดให้แนบชิดกับสันจมูก
- ปรับหน้ากากให้ครอบคลุม จมูก ปาก จนถึงคาง
- กรณีมีการพูดคุยสารกับบุคคลอื่น ควรพูดผ่านหน้ากาก
- เมื่อใช้หน้ากากเสร็จแล้ว ควรถอดหน้ากาก ออกจากที่คล้องหูแล้วทิ้งถังขยะทันที
- หลีกเลี่ยงการสัมผัสบริเวณส่วนกลางของหน้ากาก เนื่องจากอาจมีส่วนของสารคัดหลั่งติดอยู่
- เมื่อทิ้งหน้ากากอนามัยแล้วควรล้างมือให้สะอาดทันที

ภาคผนวก ๒
มาตรการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙
สำหรับกิจกรรมการรวมกันของคนหมู่มาก

กลุ่มเป้าหมาย	หน่วยงานและองค์กรที่จะมีการจัดกิจกรรมรวมคน ทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ ภาคเอกชน และประชาชน
หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	กระทรวงมหาดไทย กระทรวงกลาโหม กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวงการอุดมศึกษาฯ กระทรวงอุตสาหกรรม กระทรวงพาณิชย์ กระทรวงสาธารณสุข องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และหน่วยงานทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ ภาคเอกชนที่เกี่ยวข้อง
ตัวอย่างประสิทธิผลของมาตรการ	จากการทบทวนเหตุการณ์การระบาดของไข้หวัดใหญ่ ๒๐๐๙ จำนวน ๑๕ เหตุการณ์ พบว่าสามารถลดอัตราป่วยในประชากรลงได้ถึงร้อยละ ๒๓ https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-018-5446-1

๑. ให้งดการจัดกิจกรรมที่มีความเสี่ยงสูงต่อการแพร่โรค

กิจกรรมที่มีความเสี่ยงสูงต่อการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ และอาจควบคุมการระบาดไม่ได้หากมีผู้ป่วยเข้าไปร่วมกิจกรรม แนะนำให้งดการจัดกิจกรรมที่มีลักษณะตามข้อใดข้อหนึ่ง ต่อไปนี้

- มีจำนวนผู้เข้าร่วมประชุมเกินกว่า ๓๐๐ คนขึ้นไป
- กิจกรรมที่มีผู้เข้าร่วมประชุมมาจากนานาชาติ
- กิจกรรมที่มีคนจากหลากหลายจังหวัดเข้าร่วม
- กิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมต้องสัมผัสคลุกคลีกัน เช่น การเข้าค่าย
- กิจกรรมที่กลุ่มเป้าหมายเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการป่วยรุนแรง เช่น คนสูงอายุ
- ไม่สามารถจัดสถานที่ให้สามารถป้องกันการแพร่ระบาดได้ เช่น ไม่มีอ่างล้างมือพร้อมสบู่ ไม่มีพนักงานทำความสะอาดจุดที่มีคนใช้งานร่วมกันบ่อยๆ เช่น ห้องสุขา ลิฟท์ อย่างสม่ำเสมอทุกชั่วโมง
- สถานที่ที่มีความแออัดหรือให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องนั่งหรือยืนเบียดเสียดกัน

๒. กิจกรรมอื่นๆ ที่มีความเสี่ยงต่ำให้ดำเนินมาตรการเพื่อป้องกันการแพร่โรค ดังนี้

๒.๑. ข้อปฏิบัติสำหรับผู้ดูแลการจัดกิจกรรมหรือสถานประกอบการ

- มีการลงทะเบียน ชื่อ นามสกุล ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อได้ของผู้เข้าร่วมงาน หากจำเป็นต้องใช้ในการติดตามมารับการตรวจโรคในภายหลัง
- มีเครื่องวัดอุณหภูมิกายแบบมือถือและการคัดกรองผู้มีอาการทางเดินหายใจ เพื่อให้คำแนะนำไม่ให้เข้าร่วมกิจกรรม และจัดเตรียมหน้ากากอนามัย ให้สำหรับผู้ที่มีอาการป่วย รวมทั้งอำนวยความสะดวกในการส่งกลับไปรักษาตัวที่บ้านหรือโรงพยาบาล

- จัดหาเจลล้างมือแอลกอฮอล์ โดยเฉพาะในบริเวณที่มีการใช้งานร่วมกันจำนวนมาก เช่น ห้องสุขา ประตูทางเข้างาน จุดจำหน่ายตั๋ว จุดจำหน่ายอาหาร เป็นต้น
- จัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมาก เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู ห้องน้ำ ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ ๗๐% แอลกอฮอล์ อย่างสม่ำเสมอ
- ควบคุมความแออัดของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เช่น กระจายจุดจำหน่ายบัตร มุมจำหน่ายอาหาร
- จัดหาหรือจัดทำสื่อประชาสัมพันธ์คำแนะนำการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ให้ผู้ร่วมกิจกรรม ทราบข้อมูล
- หากมีการจำหน่ายหรือบริการอาหาร ควรให้ผู้ประกอบอาหารและเสิร์ฟอาหารทุกคนใส่หน้ากากอนามัย ภาชนะใส่อาหารควรมีฝาปิดป้องกันละอองเสมหะน้ำลาย หากเป็นไปได้ควรแจกจ่ายอาหารกล่องหรือเป็นจานส่วนบุคคล งดอาหารแบบบุฟเฟต์ เพื่อลดการสัมผัสด้านจับอาหารและอาหารที่ต้องจ้วงตักร่วมกัน
- กรณีที่มีการจัดกิจกรรมหลายวัน ให้มีระบบการติดตามอาการของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เช่น จุดปฐมพยาบาลรับแจ้งผู้ที่มีอาการป่วย การคัดกรองอุณหภูมิและสอบถามอาการทุกวัน
- กำหนดให้มีผู้ประสานงานในการติดต่อเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่หากพบผู้ป่วยสงสัย

๒.๒. ข้อปฏิบัติสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรม

- จัดเตรียมหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจลเพื่อนำไปใช้ในการร่วมกิจกรรมด้วย
- ปฏิบัติตามหลักสุขอนามัยล้างมือบ่อย รับประทานอาหารสุกร้อน
- หากสงสัยว่าตนเองป่วย ควรงดเข้าร่วมกิจกรรมที่มีการรวมตัวกันของคนหมู่มาก
- หากสังเกตเห็นผู้ร่วมกิจกรรมมีอาการไอ จาม ผิดปกติ ควรแจ้งให้เจ้าหน้าที่ผู้จัดกิจกรรมทราบ เพื่อขอรับหน้ากากอนามัยมาสวมใส่ และแยกออกจากผู้อื่น
- หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับผู้ที่มีอาการป่วย

หมายเหตุ

- ๑) หากไม่สามารถปฏิบัติตามข้อ ๒.๑. และ ๒.๒. ได้ ควรงดการจัดหรือเข้าร่วมกิจกรรม
- ๒) หากพบผู้ที่มีอาการป่วยต้องสงสัยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ ต้องยอมรับการยกเลิกงานก่อนกำหนด ทั้งนี้เป็นไปตาม พ.ร.บ. โรคติดต่อ พ.ศ. ๒๕๕๘ ที่มีการประกาศให้โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ เป็นโรคติดต่ออันตราย