

๗๐)



ศาลากลางจังหวัดน่าน  
1149  
เลขที่รับ  
วันที่

ที่ มท ๐๒๑๑.๗ว ๐๒๑๓๓

กระทรวงมหาดไทย

ถนนอิสรภาพ กทม. ๑๑๒๐๐

16 ส.ก. 2561

๑๕ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อมเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัดทุกจังหวัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกระทรวงสาธารณสุข ด่วนที่สุด ที่ สช ๐๔๓๖.๒/๕๓๐๖ ลงวันที่ ๑๘ ธันวาคม ๒๕๖๐

ด้วยกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อมเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ โดยจากการเฝ้าระวังสถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม - ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐ มีรายงานผู้ป่วย จำนวน ๑๗๑,๙๓๐ ราย อัตราป่วยเท่ากับ ๒๖๒.๗๘ ต่อประชากรแสนคน มีผู้เสียชีวิต จำนวน ๔๗ ราย คิดเป็นอัตราป่วยตาย ๒๘.๕ ต่อประชากรแสนคน และพบว่าผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นผู้มีปัจจัยเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ เด็กเล็ก หญิงตั้งครรภ์ มีโรคประจำตัว ซึ่งในขณะนี้พบผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ระบาดอยู่เป็นจำนวนมาก และคาดว่าจะยังมีการระบาดอย่างต่อเนื่องไปจนถึงสิ้นปีใหม่ที่ตรงกับช่วงเทศกาลฤดูการระบาดของปี ๒๕๖๑ ประกอบกับตั้งแต่ต้นปี ๒๕๖๐ เป็นต้นมา มีการระบาดของผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่เป็นกลุ่มก้อน นอกจากนี้ ยังพบว่าเชื้อไข้หวัดใหญ่ที่ระบาดในประเทศไทย มีการปรับสายพันธุ์ที่ละเอียดอ่อนอยู่ตลอดเวลา ทำให้ประสิทธิภาพของวัคซีนไม่สามารถป้องกันได้เต็มที่ จึงอาจเกิดการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่เป็นกลุ่มก้อนในพื้นที่ที่มีคนรวมตัวกันจำนวนมากแห่งอื่นด้วย จึงขอความร่วมมือกระทรวงมหาดไทยพิจารณาเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์และดำเนินการเตรียมความพร้อมเพื่อป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

กระทรวงมหาดไทยจึงขอให้ผู้ว่าราชการจังหวัดกำกับให้หน่วยงานในพื้นที่เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ และดำเนินการตามแนวทางและคำแนะนำในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารได้ทาง <http://www.ppb.moi.go.th> หัวข้อ "ข่าวประชาสัมพันธ์" เรื่อง "ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อมเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่"

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายบุญธรรม เลิศสุขีเกษม)  
รองปลัดกระทรวงมหาดไทย ปฏิบัติราชการแทน  
ปลัดกระทรวงมหาดไทย

สำนักงานปลัดกระทรวง  
สำนักนโยบายและแผน  
โทร./โทรสาร ๐ ๒๒๒๓ ๕๒๕๕

# ด่วนที่สุด

ที่ สธ ๐๔๓๖.๒/๒๕๖๖



กระทรวงมหาดไทย กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย
วันที่ 29 ธ.ค. 2560
เลขรับ 50467
เวลา

กระทรวงสาธารณสุข

ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๐

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนนทบุรี
วันที่ 29 ธ.ค. 2560
เลขรับ 3821
เวลา 11.31 น.

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเตรียมความพร้อม ป้องกันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่

เรียน ปลัดกระทรวงมหาดไทย

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำแนะนำสำหรับกิจกรรมการรวมตัวของคนหมู่มาก

เลขรับที่ 1907

วันที่ 29 ธ.ค. 60

จำนวน ๒ แผ่น

จากการเฝ้าระวังของกระทรวงสาธารณสุข โดยกรมควบคุมโรค สถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่ ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม - ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐ มีรายงานผู้ป่วย จำนวน ๑๗๑,๙๓๐ ราย อัตราป่วยเท่ากับ ๒๖๒.๗๘ ต่อประชากรแสนคน ผู้เสียชีวิตจำนวน ๔๔ ราย คิดเป็นอัตราป่วยตาย ๒๘.๕ ต่อประชากรแสนคน โดยพบว่า ผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่มีปัจจัยเสี่ยง ได้แก่ ผู้สูงอายุ เด็กเล็ก หญิงตั้งครรภ์ มีโรคประจำตัว ไม่ได้รับวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ ได้รับยาต้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ Oseltamivir เฉลี่ยเกิน ๔๘ ชั่วโมงหลังป่วย และบางรายมีภาวะแทรกซ้อนรุนแรงเกิดขึ้น โดยมีทั้งภาวะแทรกซ้อนต่อระบบทางเดินหายใจ ภาวะแทรกซ้อนต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด ตามลำดับ ซึ่งในขณะนี้พบผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ระบาดอยู่เป็นจำนวนมาก และคาดว่าจะยังมีการระบาดอย่างต่อเนื่องไปจนถึงหลังปีใหม่ที่ตรงกับช่วงเวลาฤดูกาลระบาดของปี ๒๕๖๑ ประกอบกับตั้งแต่ต้นปี ๒๕๖๐ เป็นต้นมา มีการระบาดของผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่เป็นกลุ่มก้อน โดยพบว่าสถานที่ที่พบผู้ป่วยมากที่สุด ๓ อันดับแรก คือ สถานศึกษา เรือนจำ และค่ายทหาร รวมทั้งข้อมูลจากศูนย์ไข้หวัดใหญ่แห่งชาติ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ พบว่าเชื้อไข้หวัดใหญ่ที่ระบบในประเทศไทยมีการปรับสายพันธุ์ที่ละเอียดอ่อนอยู่ตลอดเวลา ทำให้ประสิทธิภาพของวัคซีนไม่สามารถป้องกันได้เต็มที่ จากสถานการณ์ดังกล่าวจึงมีความเสี่ยงที่จะเกิดการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่เป็นกลุ่มก้อนในพื้นที่ที่มีคนรวมตัวกันจำนวนมากแห่งอื่นด้วย เช่น สถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ร้านเกมส์ สถานที่ทำงาน สถานสงเคราะห์ สถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชน หอพัก ห้องชุด เป็นต้น ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ในชุมชนเป็นวงกว้างต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดอาการรุนแรงหรือเสียชีวิต ได้แก่ ผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เด็กเล็กและหญิงตั้งครรภ์

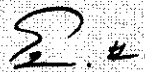
เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมในการป้องกันการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ กระทรวงสาธารณสุข จึงขอความร่วมมือจากหน่วยงานของท่าน พิจารณาดำเนินการตามแนวทางการป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ โดยการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์และดำเนินการป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ตามเอกสารคำแนะนำเรื่อง การป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ สำหรับสถานที่ที่มีการจัดกิจกรรมรวมตัวของคนหมู่มาก ในหน่วยงานที่อยู่ในความดูแลของท่าน เช่น สถานปฏิบัติธรรม เป็นต้น รายละเอียดตั้งสิ่งที่ส่งมาด้วย

ทั้งนี้...

ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสาร แนวทางและคำแนะนำในการป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ ได้ที่เว็บไซต์สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค [http://beid.ddc.moph.go.th/beid\\_2014/](http://beid.ddc.moph.go.th/beid_2014/) และสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๓๒๓๘ และ ๐ ๒๕๕๐ ๓๑๕๘ หรือ สายด่วนกรมควบคุมโรค ๑๕๒๒ อนึ่งกระทรวงสาธารณสุข ได้มีหนังสือเรียน ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ ปลัดกระทรวงยุติธรรม ปลัดกระทรวงกลาโหม ปลัดกระทรวงวัฒนธรรม ปลัดกระทรวงแรงงาน ปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์ และนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด ด้วยอีกทางหนึ่งแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความร่วมมือดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไปด้วย  
จะเป็นพระคุณ

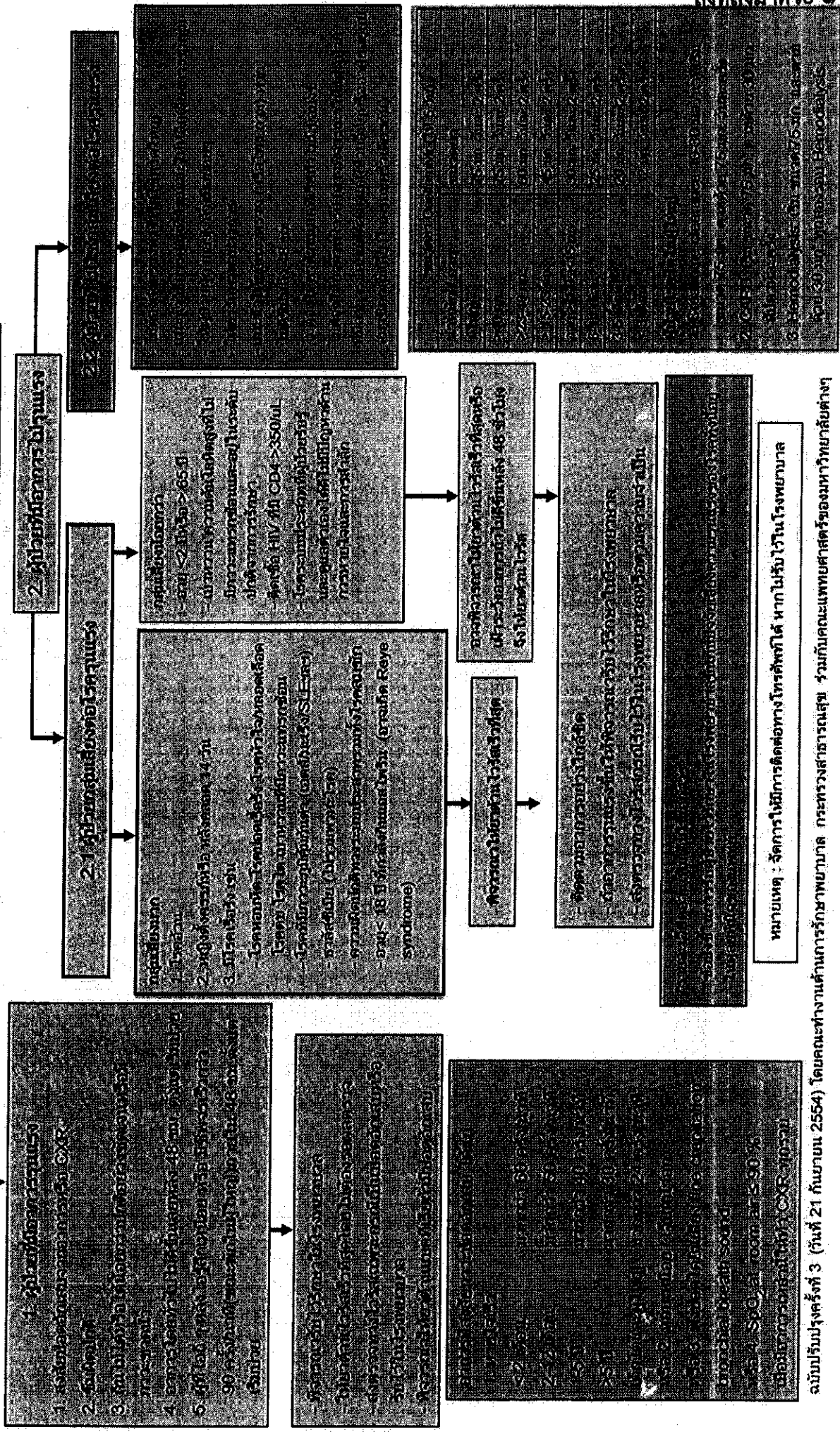
ขอแสดงความนับถือ



(นายโอภาส การย์กวินพงศ์)  
รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
หัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านพัฒนาการสาธารณสุข

กรมควบคุมโรค  
สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่  
โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๓๒๓๘  
โทรสาร ๐ ๒๕๕๐ ๓๒๓๘

๑. ไข้หวัดใหญ่  
 ๒. วัณโรค  
 ๓. วัณโรค  
 ๔. วัณโรค  
 ๕. วัณโรค  
 ๖. วัณโรค  
 ๗. วัณโรค  
 ๘. วัณโรค  
 ๙. วัณโรค  
 ๑๐. วัณโรค  
 ๑๑. วัณโรค  
 ๑๒. วัณโรค  
 ๑๓. วัณโรค  
 ๑๔. วัณโรค  
 ๑๕. วัณโรค  
 ๑๖. วัณโรค  
 ๑๗. วัณโรค  
 ๑๘. วัณโรค  
 ๑๙. วัณโรค  
 ๒๐. วัณโรค  
 ๒๑. วัณโรค  
 ๒๒. วัณโรค  
 ๒๓. วัณโรค  
 ๒๔. วัณโรค  
 ๒๕. วัณโรค  
 ๒๖. วัณโรค  
 ๒๗. วัณโรค  
 ๒๘. วัณโรค  
 ๒๙. วัณโรค  
 ๓๐. วัณโรค  
 ๓๑. วัณโรค  
 ๓๒. วัณโรค  
 ๓๓. วัณโรค  
 ๓๔. วัณโรค  
 ๓๕. วัณโรค  
 ๓๖. วัณโรค  
 ๓๗. วัณโรค  
 ๓๘. วัณโรค  
 ๓๙. วัณโรค  
 ๔๐. วัณโรค  
 ๔๑. วัณโรค  
 ๔๒. วัณโรค  
 ๔๓. วัณโรค  
 ๔๔. วัณโรค  
 ๔๕. วัณโรค  
 ๔๖. วัณโรค  
 ๔๗. วัณโรค  
 ๔๘. วัณโรค  
 ๔๙. วัณโรค  
 ๕๐. วัณโรค  
 ๕๑. วัณโรค  
 ๕๒. วัณโรค  
 ๕๓. วัณโรค  
 ๕๔. วัณโรค  
 ๕๕. วัณโรค  
 ๕๖. วัณโรค  
 ๕๗. วัณโรค  
 ๕๘. วัณโรค  
 ๕๙. วัณโรค  
 ๖๐. วัณโรค  
 ๖๑. วัณโรค  
 ๖๒. วัณโรค  
 ๖๓. วัณโรค  
 ๖๔. วัณโรค  
 ๖๕. วัณโรค  
 ๖๖. วัณโรค  
 ๖๗. วัณโรค  
 ๖๘. วัณโรค  
 ๖๙. วัณโรค  
 ๗๐. วัณโรค  
 ๗๑. วัณโรค  
 ๗๒. วัณโรค  
 ๗๓. วัณโรค  
 ๗๔. วัณโรค  
 ๗๕. วัณโรค  
 ๗๖. วัณโรค  
 ๗๗. วัณโรค  
 ๗๘. วัณโรค  
 ๗๙. วัณโรค  
 ๘๐. วัณโรค  
 ๘๑. วัณโรค  
 ๘๒. วัณโรค  
 ๘๓. วัณโรค  
 ๘๔. วัณโรค  
 ๘๕. วัณโรค  
 ๘๖. วัณโรค  
 ๘๗. วัณโรค  
 ๘๘. วัณโรค  
 ๘๙. วัณโรค  
 ๙๐. วัณโรค  
 ๙๑. วัณโรค  
 ๙๒. วัณโรค  
 ๙๓. วัณโรค  
 ๙๔. วัณโรค  
 ๙๕. วัณโรค  
 ๙๖. วัณโรค  
 ๙๗. วัณโรค  
 ๙๘. วัณโรค  
 ๙๙. วัณโรค  
 ๑๐๐. วัณโรค



หมายเหตุ : จัดการให้มีการติดต่อทางโทรศัพท์ได้ หากไม่รับไว้ในโรงพยาบาล  
 ปรึกษากับคณะแพทย์ศาสตร์ของมหาวิทยาลัยต่าง

ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 3 (วันที่ 21 กันยายน 2554) โดยคณะทำงานด้านการศึกษาพยาบาล การตรวจสุขภาพคนไข้ ร่วมกับคณะแพทย์ศาสตร์ของมหาวิทยาลัยต่าง

## แนวทางการให้ยาด้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ Oseltamivir

### ● กรณี ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง

๑. สงสัยปอดอักเสบจากอาการ หรือ CXR
๒. ซึมผิดปกติ
๓. กินไม่ได้ หรือได้น้อยกว่าปกติอย่างชัดเจน หรือมีภาวะขาดน้ำ
๔. อาการโดยทั่วไปไม่ดีขึ้นเลยหลัง ๔๘ ชั่วโมง ตั้งแต่เริ่มป่วย
๕. ผู้ที่ไอถี่ๆ หลังไอรู้สึกเหนื่อย หรือมีชีพจรเร็วกว่า ๙๐ ครั้ง/นาที (ขณะพักในผู้ใหญ่) ภายใน ๔๘ ชั่วโมง ตั้งแต่เริ่มป่วย

ข้อพิจารณา : ๑. พิจารณารับไว้รักษาในโรงพยาบาล

๒. ให้ยาด้านไวรัสไข้หวัดใหญ่ Oseltamivir เร็วที่สุดโดยไม่ต้องรอผลตรวจ
๓. ส่งตรวจทางไวรัสเฉพาะกรณีเป็นปอดอักเสบ หรือรับไว้ในโรงพยาบาล
๔. พิจารณาให้ยาด้านแบคทีเรียถ้ามีปอดอักเสบ

### ● กรณี ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงต่อโรครุนแรง

#### ๑. กลุ่มเสี่ยงมาก

- ๑) โรคอ้วน
- ๒) หญิงตั้งครรภ์ หรือหลังคลอด ๑๔ วัน
- ๓) มีโรคเรื้อรัง เช่น
  - โรคหอบหืด โรคปอดเรื้อรัง โรคหัวใจ/หลอดเลือด โรคตับ โรคไต เบาหวานที่มีภาวะแทรกซ้อน
  - โรคที่มีภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ (เอชไอวี/มะเร็ง/SLE ฯลฯ)
  - ธาลัสซีเมีย (ไม่รวมพาหะโรค)
  - ความผิดปกติทางระบบประสาทรวมทั้งโรคลมชัก
  - อายุ < ๑๘ ปี ที่กำลังกินแอสไพริน (อาจเกิด Reye syndrome)

ข้อพิจารณา : พิจารณาให้ยาด้านไวรัสเร็วที่สุด

#### ๒. กลุ่มเสี่ยงน้อยกว่า

- ๑) อายุ < ๒ ปี หรือ > ๖๕ ปี
- ๒) เบาหวาน ความดันโลหิตสูงที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อน และอยู่ในระดับปกติจากการรักษา
- ๓) ติดเชื้อ HIV ที่มี CD4 > ๓๕๐ uL
- ๔) โรคระบบประสาทที่ผู้ป่วยรับรู้ และดูแลตัวเองได้ดีไม่มีปัญหาด้านการหายใจและการสำลัก

ข้อพิจารณา : อาจพิจารณาให้ยาด้านไวรัสเร็วที่สุดหรือเฝ้าระวังอาการถ้าไม่ดีขึ้นหลัง ๔๘ ชั่วโมง จึงให้ยาด้านไวรัส

โดยผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงต่อโรครุนแรง จะต้องติดตามอาการอย่างใกล้ชิด ถ้าอาการรุนแรงขึ้นให้พิจารณารับไว้รักษาในโรงพยาบาล และส่งตรวจทางไวรัสกรณีรับไว้ในโรงพยาบาล หรือตามความจำเป็น

ข้อเสนอแนะ...

**ข้อเสนอแนะ :**

- ผลการรักษาที่ดีที่สุด เมื่อให้ยาภายใน ๒๔ ชั่วโมงแรก อย่างไรก็ตามยังใช้ได้ผลเมื่ออาการป่วยไม่เกิน ๕ วัน
- ให้ Oseltamivir เฉพาะผู้ป่วยที่เป็น suspected หรือ confirmed cases ดังต่อไปนี้
  ๑. ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรง
  ๒. ผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยงต่อโรครุนแรง
  ๓. ผู้ป่วยที่มีอาการไม่ดีขึ้นหลัง ๔๘ ชั่วโมง นับตั้งแต่เริ่มป่วย
  ๔. ผู้ป่วยอื่นๆตามแนวเวชปฏิบัติในดุลยพินิจของแพทย์ผู้รักษา
- การให้ยา Oseltamivir ขนาดสูง ๒ เท่าของปกติ มีผลการศึกษาเบื้องต้นพบว่า ไม่มีประสิทธิผลดีไปกว่าขนาดปกติที่แนะนำ ส่วนการใช้ยาระยะนานกว่า ๕ วันนั้น ให้พิจารณาตามความจำเป็นและความเหมาะสม และดุลยพินิจของแพทย์ผู้ดูแล

\*\*\*\*\*

## คำแนะนำในการป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ สำหรับสถานศึกษา

กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

วันที่ ๑๑ กันยายน ๒๕๖๐

โรคไข้หวัดใหญ่ เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อไวรัส อาการที่พบบ่อย คือ มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามร่างกาย อ่อนเพลีย ติดต่อดี้ง่าย โดยเชื้อสามารถติดต่อจากคนหนึ่งไปอีกคนหนึ่งโดยการหายใจ ได้รับน้ำมูก หรือเสมหะของผู้ป่วยโดยเชื้อจะผ่านทางเยื่อเมือก จมูกและปาก สัมผัสสิ่งของที่ปนเชื้อโรค เช่น ผ้าเช็ดหน้า ช้อน แก้วน้ำ การจูบหรือสัมผัสเชื้อแล้วขยี้ตา หรือนำเข้าปาก

จากสถานการณ์การเกิดโรคไข้หวัดใหญ่ในภาพรวมของประเทศ พบว่า จำนวนผู้ป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ เริ่มมีแนวโน้มสูงขึ้น สำหรับประเทศไทย แต่ละปีมักมีการระบาดสองระลอกในช่วงต้นปีและกลางปี การระบาดในช่วงต้นปีเป็นช่วงฤดูหนาว และเมื่ออากาศร้อนขึ้นและเข้าสู่ช่วงโรงเรียนปิดเทอมการระบาดในประเทศไทย ก็มักจะลดลง และจะกลับมาระบาดอีกในช่วงกลางปี ซึ่งตรงกับช่วงเข้าฤดูฝนโรงเรียนเปิดเทอม จึงเป็นฤดูกาลระบาดอีกครั้ง โดยการระบาดช่วงกลางปีจะมีผู้ป่วยมากกว่าช่วงต้นปี ดังนั้นเพื่อลดอัตราป่วยและการเสียชีวิต สร้างความปลอดภัยจากโรคไข้หวัดใหญ่ สถานศึกษาควรปฏิบัติตามคำแนะนำต่อไปนี้

### คำแนะนำในสถานศึกษา

สถานศึกษาเป็นแหล่งชุมชนกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงสูง เนื่องจากมีผู้คนอยู่รวมกันหนาแน่น อาจมีการแพร่กระจายเชื้อได้ง่าย ดังนั้น กระทรวงสาธารณสุขจึงมีคำแนะนำในการป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ ในสถานศึกษา ดังนี้

๑. ควรจัดให้มีระบบการคัดกรองเด็กป่วย วิธีการที่ใช้ในการคัดกรองเด็กขึ้นอยู่กับเด็กแต่ละวัย ลักษณะของโรงเรียน และการจัดกิจกรรมของโรงเรียน เช่น ในช่วงเช้าจัดให้มีการคัดกรองเด็กป่วย จากการคัดกรอง หากพบว่าเด็กมีอาการเข้าได้กับโรคไข้หวัดใหญ่ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ เป็นต้น โรงเรียนควรทำการคัดแยกเด็ก ใส่หน้ากากอนามัยให้กับเด็ก ให้นักเรียนที่ป่วยพักในสถานที่จัดเตรียมไว้ และติดต่อให้ผู้ปกครองมารับกลับไปพักดูแลที่บ้าน อนึ่งโรงเรียนควรให้คำแนะนำในการดูแลผู้ป่วยที่บ้านกับเด็กนักเรียน และผู้ปกครองด้วย

๒. หากพบว่ามีนักเรียน นิสิตหรือนักศึกษาป่วย ให้หยุดเรียนพักอยู่บ้านจนกว่าจะหายและหากมีการระบาดจำนวนมาก อาจพิจารณาปิดสถานศึกษา เพื่อลดการระบาดของโรคและการแพร่กระจายเชื้อ โดยใช้ดุลยพินิจร่วมกันระหว่างเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ ผู้บริหารสถานศึกษา และคณะกรรมการสถานศึกษา รวมทั้งเครือข่ายผู้ปกครอง

๓. โรงเรียนควรทำความเข้าใจกับผู้ปกครองและนักเรียน ให้ผู้ปกครองและนักเรียนเข้าใจความจำเป็นที่จะต้องให้นักเรียนที่ป่วยหยุดเรียน

### ๔. วิธีการจัดการภายในโรงเรียน

๔.๑ โรงเรียนควรจัดเตรียมจุดล้างมือให้พร้อม (น้ำพร้อมสบู่ หรือ เจลแอลกอฮอล์) โดยเฉพาะในห้องน้ำและโรงอาหาร พร้อมทั้งส่งเสริมพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เช่น การล้างมือที่ถูกต้อง กระตุ้นให้นักเรียนล้างมือฟอกสบู่เหลวเป็นประจำหลังสัมผัสวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ และสวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่อป่วย

๔.๒ สถานที่เรียนควรเป็นบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทหรือลมธรรมชาติสามารถผ่านได้สะดวก ไม่แนะนำให้อยู่ในห้องปรับอากาศ

๔.๓ มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ต้องสัมผัสบ่อย เช่น ราวบันได เครื่องเล่นคอมพิวเตอร์ จุดตุน้ำดื่มเป็นประจำ และให้ทำความสะอาดด้วยน้ำและสบู่ หรือผงซักฟอก หรือน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป โดยเน้นทำความสะอาดในช่วงเวลาก่อนเข้าเรียน พักกลางวัน และช่วงเลิกเรียน

๔.๔ จัดเตรียมหน้ากากอนามัยไว้ ณ ห้องพยาบาลหรือห้องพักรูประจำตึกเรียน เพื่อให้สามารถหยิบใส่ให้กับนักเรียนที่มีอาการไข้ ไอ จามได้สะดวก และมีการประชาสัมพันธ์ให้นักเรียนที่มีอาการไอ จาม มีน้ำมูก ให้ใส่หน้ากากอนามัย และแจ้งครู เพื่อให้ครูดูแลอาการเบื้องต้น และติดต่อให้ผู้ปกครองมารับกลับบ้าน

๔.๕ โรงเรียนควรจัดทำบอร์ดนิทรรศการให้ความรู้ คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรค ไข้หวัดใหญ่ ส่งเสริมให้นักเรียนและผู้ปกครองนำไปปฏิบัติ ตลอดจนสร้างความเข้าใจในนโยบายของสถานศึกษา เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมไข้หวัดใหญ่

๔.๖ โรงเรียนควรส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างจริงจังและสม่ำเสมอ เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายของนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน

๔.๗ ให้นักเรียนพกแก้วน้ำและช้อนรับประทานอาหารเป็นของตนเอง หากต้องรับประทานอาหารร่วมกันให้ใช้ช้อนกลาง สำหรับจุดบริการน้ำดื่มสาธารณะ ควรใช้แก้วน้ำชนิดที่ใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง

๔.๘ หากโรงเรียนมีรถโรงเรียน ควรจัดเตรียมหน้ากากอนามัยไว้ในรถ เพื่อให้นักเรียนที่มีอาการไอ จาม หรือเป็นหวัดสวมใส่เวลานั่งในรถโรงเรียน และควรมีการทำความสะอาดภายในรถโรงเรียนเป็นประจำ

๔.๙ ประสานกับหัวหน้ากลุ่มงานในพื้นที่สังกัดองค์กรที่มีสถานศึกษา ในการเฝ้าระวังการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ จัดทำแผนปฏิบัติการ/แผนตอบสนองสถานการณ์ร่วมกับสถานศึกษาเพื่อความเป็นเอกภาพ เสนอผู้ว่าราชการจังหวัดและส่วนกลาง

๔.๑๐ จัดให้มีการณรงค์ ประชาสัมพันธ์ ผูกอบรมสัมมนาการศึกษา และสร้างวิทยาการ เพื่อให้ความรู้แก่บุคลากรและนักเรียน นิสิต นักศึกษาในสถานศึกษา มีการประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารเป็นประจำสม่ำเสมอ ในเรื่องการดูแลและการป้องกันตัวเองให้มีสุขภาพแข็งแรง และแนะนำให้นักเรียนล้างมือก่อนกลับบ้าน

๔.๑๑ สร้างทีมแกนนำนักเรียน หรืออาสาสมัคร ในการเฝ้าระวังสังเกตอาการนักเรียนที่ป่วย และแจ้งครูอนามัย ครูพี่เลี้ยง เพื่อรับการรักษาหรือส่งต่อ

๔.๑๒ เปิดศูนย์ข้อมูลข่าวสารและให้ความรู้ ในการเฝ้าระวังการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่

๕. วิธีการกำจัดหน้ากากอนามัยใช้แล้ว ควรมีการแยกถังขยะสำหรับทิ้งโดยเฉพาะ โดยลักษณะของถังขยะควรมีถุงพลาสติกรองรับด้านในอีก ๑ ชั้น และมีสติ๊กเกอร์หรือข้อความระบุเป็น “ถังขยะสำหรับทิ้งหน้ากากอนามัย หรือผ้าปิดปาก ปิดจมูก ที่ใช้แล้ว” ติดไว้ที่ถังขยะให้ชัดเจน

#### คำแนะนำสำหรับผู้ป่วย ผู้ปกครอง และผู้ดูแลผู้ป่วยที่บ้าน

ผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ จะมีอาการไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยร่างกาย อ่อนเพลียมาก เจ็บคอ ไอ คัดจมูก น้ำมูกไหล เบื่ออาหาร บางรายอาจมีอาการอาเจียนและท้องเสียร่วมด้วย ผู้ป่วยส่วนใหญ่อาการจะทุเลาขึ้นตามลำดับ คือ ไข้ลดลง ใอน้อยลง รับประทานอาหารได้มากขึ้น และหายป่วยภายใน ๕ - ๗ วัน ยกเว้นบางรายอาจเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนทำให้เกิดปอดบวม มีอาการหอบเหนื่อย หายใจลำบากและเสียชีวิตได้ ซึ่งมักเกิดขึ้นในกลุ่มผู้สูงอายุ หรือผู้ป่วยที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว

หากป่วยเป็นโรคไข้หวัดใหญ่ หยุดงาน หยุดเรียน อยู่บ้าน  
เพื่อช่วยลดการแพร่กระจายเชื้อไข้หวัดใหญ่



ในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการไม่รุนแรง (เช่น ไข้ไม่สูงมาก ตัวไม่ร้อนจัด ไม่ซึม และพอรับประทานอาหารได้) สามารถรักษาตัวที่บ้านได้ ผู้ป่วย ผู้ปกครอง และผู้ดูแลผู้ป่วยควรปฏิบัติดังนี้

- ผู้ป่วยควรหยุดเรียน และพักอยู่กับบ้านหรือหอพัก เป็นเวลา ๕ - ๗ วัน หลังวันเริ่มป่วย และกลับเข้าเรียนได้เมื่อหายป่วยแล้วอย่างน้อย ๒๔ ชั่วโมง
- แจ้งทางโรงเรียนทราบ เพื่อจะได้ร่วมเฝ้าระวังโรคไข้หวัดใหญ่ในสถานศึกษา และป้องกันควบคุมโรคได้อย่างรวดเร็ว
- ให้ผู้ป่วยรับประทานยาลดไข้ (แนะนำพาราเซตามอล ไม่ให้แอสไพริน เนื่องจากอาจมีผลต่อการแข็งตัวของเลือด) และยารักษาตามอาการ เช่น ยาละลายเสมหะ ยาลดน้ำมูก ตามคำแนะนำของเภสัชกรหรือสถานบริการทางการแพทย์ หรือคำสั่งของแพทย์
- ไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัส ไม่จำเป็นต้องรับประทานยาปฏิชีวนะ ยกเว้นพบเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน ต้องรับประทานยาให้หมดตามที่แพทย์สั่ง
- เช็ดตัวลดไข้ด้วยน้ำธรรมดา (ไม่ควรใช้น้ำเย็น)
- งดดื่มน้ำเย็นจัด ให้ดื่มน้ำสะอาดและน้ำผลไม้หลายๆ
- พยายามรับประทานอาหารอ่อนๆ รสไม่จัด เช่น โจ๊ก ข้าวต้ม ไข่ ผัก และผลไม้ให้เพียงพอ
- นอนพักผ่อนมากๆ ในห้องที่อากาศไม่เย็นเกินไป และมีอากาศถ่ายเทสะดวก
- ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อให้ผู้อื่นด้วยการสวมหน้ากากอนามัย ปิดปากและจมูกเวลาไอหรือ จาม ด้วยกระดาษทิชชูหรือแขนเสื้อของตนเอง ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลบ่อยๆ หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ที่อยู่ร่วมบ้านหรือร่วมห้อง (หากเป็นไปได้ควรให้ผู้ป่วยนอนแยกห้อง) รับประทานอาหารแยกจากผู้อื่น หรือใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน ไม่ใช่ของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ร่วมกับผู้อื่น
- หากอาการป่วยรุนแรงขึ้น เช่น หายใจลำบาก หอบเหนื่อย อาเจียนมาก ซึม ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

#### คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองในการดูแลบุตรหลานที่ยังไม่ป่วย

- ควรติดตามสถานการณ์การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่ และคำแนะนำต่างๆ จากกระทรวงสาธารณสุข และสถานศึกษาเป็นระยะ
- แนะนำพฤติกรรมอนามัยให้แก่บุตรหลาน เช่น รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกาย นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การป้องกันการติดเชื้อไวรัสโดยการล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ การใช้ช้อนกลางในการ รับประทานอาหารร่วมกัน การรับประทานอาหารปรุงสุกใหม่
- แนะนำให้เด็กหลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่
- หากบุตรหลานของท่านมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ให้ใช้กระดาษทิชชูปิดปากและจมูก และทิ้งลงถังขยะ และขอให้แจ้งทางโรงเรียนทราบ เพื่อจะได้ร่วมเฝ้าระวังโรคไข้หวัดใหญ่ในสถานศึกษา และป้องกันควบคุมโรคได้อย่างรวดเร็ว
- หมั่นพูดคุยกับบุตรหลาน ให้รู้เรื่องราวเกี่ยวกับโรคไข้หวัดใหญ่ และตอบคำถามที่เด็กสงสัยเท่าที่เด็กในแต่ละวัยจะเข้าใจได้
- หากเด็กมีความรู้สึกกลัวหรือกังวล ควรแนะนำให้ระบายความรู้สึกของตนเองออกมา และตอบคำถามรวมทั้งปลอบโยนให้คลายกังวล
- เด็กมักจะต้องการความรู้สึกลดภัยและความรัก หากบุตรหลานของท่านมีความกังวล ท่านควรให้ความใส่ใจมากเป็นพิเศษ

\*\*\*\*\*