

คำแนะนำกระทรวงสาธารณสุข
เรื่อง ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิดเอ เอช1เอ็น1
ฉบับที่ 4

จากสถานการณ์โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิดเอ เอช1เอ็น1 ที่ยังคงแพร่ระบาดอย่างต่อเนื่อง และในขณะนี้เริ่มพบผู้ป่วยในภูมิภาคเอเชียแล้ว ซึ่งจากข้อมูลองค์การอนามัยโลก ณ วันที่ 10 พฤษภาคม 2552 พบผู้ป่วยใน 29 ประเทศ จำนวน 3,440 ราย เสียชีวิต 48 ราย (เม็กซิโก 45 ราย สหรัฐอเมริกา 2 ราย และแคนาดา 1 ราย)

กระทรวงสาธารณสุขได้พยายามจัดระบบงานการแพทย์และสาธารณสุข ให้มีความเข้มแข็ง สามารถรับมือกับโรคติดต่ออุบัติใหม่ต่างๆ ได้ สำหรับการป้องกันแก้ไขสถานการณ์ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่นี้ กระทรวงสาธารณสุขเน้นมาตรการสำคัญ 3 ด้าน คือ 1) **มาตรการสกัดกั้น** การดำเนินที่ด้านควบคุมโรคระหว่างประเทศทุกแห่ง เพื่อไม่ให้เชื้อแพร่เข้ามาภายในประเทศ 2) **มาตรการค้นหาและแก้ไข** การค้นหาผู้ป่วยโดยเร็ว และให้การวินิจฉัยรักษาอย่างมีประสิทธิภาพโดยสถานบริการสาธารณสุขทั่วประเทศ การจัดทีมสอบสวนควบคุมโรคเคลื่อนที่เร็วทุกอำเภอ รวมทั้งการอบรมความรู้แก่ อสม.(อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน) ให้ช่วยเป็นหูเป็นตาเฝ้าระวังโรคในหมู่บ้าน และให้คำแนะนำการป้องกันโรคแก่ประชาชน และ 3) **มาตรการเตรียมความพร้อมในวงกว้าง** เน้นการดูแลสุขภาพประชาสัมพันธ์ เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจสามารถป้องกันตนเองได้

เนื่องจากขณะนี้เป็นเวลาใกล้เปิดภาคเรียนของสถานศึกษาต่าง ๆ แล้ว กระทรวงสาธารณสุขขอให้คำแนะนำเพิ่มเติมแก่ประชาชนทั่วไป ผู้เดินทางกลับจากต่างประเทศ และสถานศึกษา ดังนี้

คำแนะนำสำหรับประชาชนทั่วไป

ขอให้ประชาชนมั่นใจและปฏิบัติตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัด โดยรักษาสุขภาพให้แข็งแรง พักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ กินอาหารที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะผักและผลไม้ สร้างสุขนิสัยการป้องกันโรค โดยกินของร้อน ใช้ช้อนกลาง หมั่นล้างมือ ถ้าป่วยมีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เสมหะ ควรปิดปากจมูกเวลาไอโดยใช้ผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษทิชชูและทิ้งลงถังขยะที่มีฝาปิด และสวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ใกล้ผู้อื่น

หากมีผู้รู้จักซึ่งเดินทางกลับจากต่างประเทศ และมีอาการป่วยเป็นไข้ภายใน 7 วันนับจากเดินทางกลับถึงประเทศไทย ควรแนะนำให้รีบไปพบแพทย์ เพื่อตรวจรักษาทันที

คำแนะนำสำหรับผู้เดินทางกลับจากพื้นที่มีการระบาดของโรค

- หากท่านมีอาการไข้ ขอให้แจ้งต่อเจ้าหน้าที่สายการบินหรือพนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน เพื่อให้การดูแลท่าน และเพื่อประกันความปลอดภัยของผู้โดยสารคนอื่นในสนามบินและบนเครื่องบิน
- ประเทศไทยมีการตรวจคัดกรองด้วยเครื่องตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย (Thermo Scanner) ที่สนามบินนานาชาติทุกแห่ง หากพบว่าท่านมีไข้ จะมีแพทย์ตรวจและให้การดูแลท่าน ณ จุดคัดกรอง ตามแนวทางที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้
- สำหรับผู้ที่ไม่ใช่และไม่มีอาการป่วย ควรสังเกตอาการตนเองเป็นเวลา 7 วัน

- ระหว่างสังเกตอาการ หากท่านมีใช้ร่วมกับอาการใดอาการหนึ่ง ดังต่อไปนี้ ไอ เจ็บคอ ร่วมกับ อาเจียน ถ่ายเหลว ให้หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้อื่น รับผิดชอบต่อหน้ากากอนามัย หรือปิดปากและจมูกด้วยกระดาษทิชชูทุกครั้ง ไอหรือจาม และล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์บ่อยๆ และไปพบแพทย์ พร้อมแสดงบัตรเตือนเรื่องสุขภาพที่ได้รับจากด่านควบคุมโรคที่สนามบิน เพื่อรับการตรวจอย่างละเอียดต่อไป
- หากแพทย์อนุญาตให้กลับบ้านได้ ควรหยุดงานหรือหยุดเรียน พักอยู่ที่บ้านหรือที่พัก และสังเกตอาการตนเองเป็นเวลา 7 วัน
- ควรปิดปากปิดจมูกทุกครั้งด้วยผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษทิชชูทุกครั้งเมื่อท่านไอจาม และทิ้งลงในถังขยะ หรือสวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่กับผู้อื่น

คำแนะนำสำหรับสถานศึกษา

- ขอให้ทางโรงเรียนและสถานศึกษาทุกแห่ง ตรวจสอบว่ามีนักเรียนหรือนักศึกษาที่มีประวัติเดินทางกลับจากพื้นที่ที่มีการระบาดของเชื้อไข้หวัดใหญ่ และติดต่อสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครองและนักเรียน ขอให้สังเกตอาการตนเองจนครบ 7 วันนับจากเดินทางกลับถึงประเทศไทย หากมีใช้ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ เช่น เจ็บคอ ไอ น้ำมูก ฯลฯ ขอให้ไปพบแพทย์ เพื่อประเมินอาการเจ็บป่วยและให้การวินิจฉัยรักษา และหยุดเรียนจนกว่าจะหายดี
- ขอให้ครูประจำชั้นตรวจสอบจำนวนนักเรียนที่ขาดเรียนและตรวจอาการนักเรียนในแต่ละวัน หากพบนักเรียนมีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ หรือมีนักเรียนขาดเรียนมากผิดปกติ (ตั้งแต่ 3 คน ในห้องเรียนเดียวกัน) ขอให้ตรวจสอบสาเหตุ หากสงสัยว่าขาดเรียนจากการป่วยเป็นไข้หวัดใหญ่ ขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในเขตรับผิดชอบ (เขตกรุงเทพมหานคร แจ้ง โทร. 0 2246 0358 หรือ โทร. 0 2245 8106 นอกกรุงเทพมหานคร แจ้งสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด) เพื่อสอบสวนและควบคุมโรคได้ทันการณ์
- ขอให้โรงเรียนจัดหาอุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการล้างมือ เช่น อ่างล้างมือ สบู่ ฯลฯ และรณรงค์ส่งเสริมให้นักเรียนล้างมืออย่างถูกต้อง ซึ่งในขั้นต้นนี้ กระทรวงสาธารณสุขจะสนับสนุนหน้ากากอนามัยจำนวนหนึ่ง เพื่อสำรองไว้ที่ห้องปฐมพยาบาล สำหรับให้นักเรียนที่ป่วยสวมเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ

ท่านสามารถติดตามข้อมูลและรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ เว็บไซต์กระทรวงสาธารณสุข www.moph.go.th และหากมีข้อสงสัย สามารถติดต่อได้ที่ ศูนย์ปฏิบัติการ กรมควบคุมโรค หมายเลขโทรศัพท์ 0 2590 3333 และ ศูนย์บริการข้อมูลฮอตไลน์ กระทรวงสาธารณสุข หมายเลขโทรศัพท์ 0 2590 1994 ตลอด 24 ชั่วโมง

กระทรวงสาธารณสุข

วันที่ 10 พฤษภาคม 2552