

แนวทางการกักกันในสถานที่ควบคุมเป็นที่พักอาศัย (Home Quarantine)  
กรณีเดินทางกลับจากพื้นที่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

ตามที่กระทรวงสาธารณสุข ได้ประกาศให้โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นโรคติดต่ออันตราย และประกาศให้ประเทศเกาหลีใต้ จีน(รวมเขตปกครองพิเศษฮ่องกงและมาเก๊า) อิตาลี และอิหร่าน เป็นประเทศเขตติดโรคติดต่ออันตราย ตามพระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. ๒๕๕๘ เพื่อประโยชน์ในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดของโรค ให้ผู้ที่เดินทางเข้ามาจากประเทศที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ต้องถูกกักกัน ณ สถานที่ที่ทางราชการกำหนด หรือ ณ ที่พักอาศัย ระยะเวลาอย่างน้อย ๑๔ วันหลังจากกลับถึงประเทศไทย หากไม่ปฏิบัติตามจะมีโทษปรับไม่เกินสองหมื่นบาท

การกักกันในที่พักอาศัย เป็นการอำนวยความสะดวกให้แก่บุคคลที่เดินทางมาจากประเทศที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ซึ่งจัดว่าเป็นผู้ที่มีโอกาสติดเชื้อ ให้สามารถพักอาศัยในสถานที่ที่มีความคุ้นเคย และเป็นอิสระตามสมควร ทั้งยังเป็นการตัดโอกาสในการแพร่เชื้อกรณีติดเชื้อโรคมา ประเด็นสำคัญของการกักกันในที่พักอาศัยคือ สร้างความเข้าใจให้กับผู้ที่ถูกกักกันถึงวัตถุประสงค์ของการกักกันคือการเฝ้าระวังอาการป่วยให้มีการตรวจจับเร็วที่สุด และป้องกันการแพร่โรคไปสู่สมาชิกในครัวเรือนและบุคคลอื่น ทั้งยังสามารถรับบริการตรวจรักษาได้อย่างรวดเร็วในกรณีเจ็บป่วย ดังนั้น ผู้ถูกกักกันและสมาชิกในครัวเรือนต้องปฏิบัติตามแนวทาง ดังนี้

๑. การเตรียมการของเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อ หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข มีดังนี้

- ๑.๑ ลงทะเบียนบุคคลเป้าหมาย ชักประวัติ ตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย สังเกตและบันทึกอาการทั่วไป
  - ๑.๒ ให้บุคคลเป้าหมาย ยินยอมจะปฏิบัติตามแนวทางการกักกันในสถานที่ควบคุมเป็นที่พักอาศัย (Home Quarantine) โดยกรอกข้อมูลให้ครบถ้วน และลงนามในหนังสือยินยอมในสถานที่ควบคุมเป็นที่พักอาศัยต่อเจ้าหน้าที่ และให้มีพยานบุคคลลงนามในหนังสือยินยอมมาให้ครบถ้วน
  - ๑.๓ เตรียมอุปกรณ์ ได้แก่ แบบรายงานอาการ ปะอืด เจลล้างมือ หน้ากากอนามัย และวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็น เพื่อมอบให้ผู้ถูกกักกัน และญาติที่อาศัยอยู่ในบ้านเดียวกัน
  - ๑.๔ ประเมินสภาพบ้าน และเตรียมสิ่งแวดล้อมในบ้านของผู้ถูกกักกัน เพื่อให้มั่นใจได้ว่าจะสามารถกักกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และผู้ถูกกักกันสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข เนื่องจากต้องกักกันอย่างน้อย ๑๔ วัน
  - ๑.๕ อธิบายวัตถุประสงค์ ความจำเป็นในการกักกัน ขั้นตอนการปฏิบัติตัว ทั้งผู้ถูกกักกันและสมาชิกในบ้าน
  - ๑.๖ กำกับติดตามอาการ และบันทึกในรายงาน เป็นประจำทุกวัน
  - ๑.๗ ประสานการส่งต่ออย่างเหมาะสม กรณีผู้ถูกกักกันมีอาการป่วย
- ทั้งนี้ ต้องมีช่องทางให้ผู้ถูกกักกันและครอบครัวสามารถติดต่อขอข้อมูล ข้อเสนอแนะ หรือความช่วยเหลือต่างๆได้โดยสะดวก เช่น การติดต่อผ่านทางโทรศัพท์ (๒๔ ชั่วโมง) หรือช่องทางอื่นๆ

๒. การปฏิบัติตัวระหว่างการกักกันคว่ำเสี่ยงเกิด ณ ที่พักอาศัย มีเป้าหมาย คือป้องกันการแพร่เชื้อไปสู่คนในครอบครัว ควรปฏิบัติดังนี้

- ๒.๑ จะไม่ออกจากที่พักอาศัย เป็นเวลาอย่างน้อย ๑๔ วัน นับจากวันที่เดินทางกลับมาถึงประเทศไทย จะหยุดเรียน หยุดงาน และไม่เดินทางออกนอกบ้านเพื่อวัตถุประสงค์ใดๆก็ตาม

๒.๒ จะสังเกตอาการของตนเอง โดยการวัดอุณหภูมิร่างกายทุกวัน สังเกตอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก หรือหายใจลำบาก หากพบอาการข้อใดข้อหนึ่ง หรืออุณหภูมิร่างกายตั้งแต่ ๓๗.๕ องศาเซลเซียสขึ้นไป จะแจ้งให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทราบทันที

๒.๓ จะปฏิบัติตามมาตรการควบคุมการแพร่ระบาดของโรคอย่างเคร่งครัด ดังนี้

๑) ล้างมือบ่อยๆด้วยน้ำและสบู่อย่างน้อย ๒๐ วินาที หรือทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์

๒) ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หลอดดูด ร่วมกับผู้อื่น

๓) ไม่ใกล้ชิด พูดคุยกับบุคคลอื่นในที่พักอาศัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุ และ ผู้ป่วย

๔) สวมหน้ากากอนามัย และอยู่ห่างจากคนอื่นๆในบ้านอย่างน้อย ๒ เมตร หรือ ปิดปาก จมูกด้วยกระดาษทิชชู หรือ แขนเสื้อ ทุกครั้งที่ไอ จาม และทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หรือน้ำ และสบู่ทันที

๕) รักษาความสะอาดบริเวณโดยรอบที่พักอาศัย โดยการไม่บ้วนน้ำลาย เสมหะ หรือน้ำมูก ลงบนพื้น กำจัดขยะติดเชื้อ เช่น หน้ากากอนามัยที่ใช้แล้ว กระดาษชำระ ในถุงพลาสติกและปิดปากถุงให้สนิท ก่อนทิ้งลงในถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด

๖) ทำความสะอาดบริเวณที่พัก เช่น เติง โต๊ะ ของใช้รอบๆตัว รวมถึงห้องน้ำ ด้วยน้ำยาฟอกขาว ๕ % โซเดียมไฮโปคลอไรท์ หรือไฮเตอร์ (เจือจางน้ำยา ๑ ส่วน ต่อน้ำสะอาด ๙๙ ส่วน)

๗) ทำความสะอาดเสื้อผ้า ผ้าปูที่นอน ผ้าขนหนู ฯลฯ ด้วยผงซักฟอกธรรมดา และน้ำ แล้วตากแดดให้แห้ง

๓. วิธีการเฝ้าระวังอาการป่วย ระหว่างการกักกันควมไว้สังเกต ณ ที่พักอาศัย และแนวทางปฏิบัติ

๓.๑ ให้ผู้ถูกกักกัน สังเกตอาการของตนเอง ดังนี้

๑) สังเกตอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก หรือหายใจลำบาก

๒) วัดอุณหภูมิร่างกายทุกวัน

๓.๒ หากพบอาการข้อใดข้อหนึ่ง หรือ อุณหภูมิร่างกายตั้งแต่ ๓๗.๕ องศาเซลเซียสขึ้นไป ให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทันที เพื่อให้การดูแลรักษาตามความเหมาะสมต่อไป

๓.๓ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ หรืออาสาสมัครสาธารณสุข ติดตามอาการผู้ถูกกักกัน ในตอนเช้าของทุกวัน และบันทึกรายงาน รวมทั้งติดต่อประสานงานการส่งต่อ กรณีพบว่ามีอาการป่วย

๓.๔ เมื่อครบระยะเวลา ๑๔ วัน หากไม่มีอาการป่วยใดๆ ให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และผู้เกี่ยวข้อง ลงลายมือชื่อในแบบเฝ้าระวังสังเกตอาการกลุ่มเสี่ยงโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พร้อมประทับตราสถานบริการสาธารณสุขในพื้นที่รับผิดชอบ

๔. การปฏิบัติตัวของผู้อยู่อาศัยร่วมบ้าน และการทำลายเชื้อในสิ่งแวดล้อมในบ้าน

๔.๑ ทุกคนในบ้านต้องล้างมือบ่อยครั้งที่สุด เพื่อลดการรับและแพร่เชื้อ โดยใช้สบู่และน้ำอย่างน้อย ๒๐ วินาที หรือทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์

๔.๒ เฝ้าระวังอาการเจ็บป่วยของผู้สัมผัสใกล้ชิดหรือสมาชิกในบ้าน ภายในระยะเวลา ๑๔ วัน หลังสัมผัสผู้ถูกกักกัน

๔.๓ นอนแยกห้องกับผู้ถูกกักกัน ไม่ใกล้ชิดในระยะน้อยกว่า ๒ เมตร ไม่รับประทานอาหารร่วมกัน ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หลอดดูด ร่วมกับผู้ถูกกักกัน

