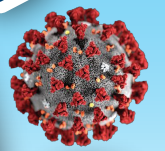
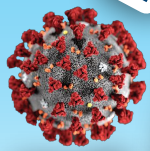




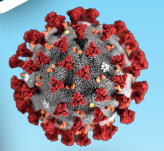
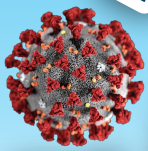
คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา



ในการป้องกันและการเฝ้าระวังของโรคโควิด 19



คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา



ในการป้องกันและการเฝ้าระวังระบาดของโรคโควิด 19

# คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

ISBN 978-616-11-4284-1

พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤษภาคม 2563 จำนวน 3,000 เล่ม

ผู้จัดพิมพ์และเรียบเรียง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ที่ปรึกษา นายแพทย์สุชุม กาญจนพิมาย ปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร อธิบดีกรมอนามัย

บรรณาธิการ นายแพทย์สราวุฒิ บุญสุข รองอธิบดีกรมอนามัย

- ภาคีเครือข่ายความร่วมมือ
- ▶ กระทรวงสาธารณสุข
  - ▶ กระทรวงศึกษาธิการ
  - ▶ ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย
  - ▶ องค์การอนามัยโลกประจำประเทศไทย (WHO Thailand)
  - ▶ องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย (UNICEF)
  - ▶ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
  - ▶ กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.)

พิมพ์ที่ บริษัท คิว แอดเวอร์ไทซิง จำกัด  
เลขที่ 83 ซอยงามวงศ์วาน 2 แยก 5 ตำบลบางเขน อำเภอเมืองนนทบุรี  
จังหวัดนนทบุรี 11000  
โทร. 02 965 9797 แฟกซ์. 02 965 9279  
www.q-ads.com / Facebook : Q-Advertising / Line : @qadvertising



## สารจากผู้บริหาร



**นายแพทย์สุขุม กาญจนพิมาย**  
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

สถานศึกษาเป็นสถาบันทางสังคมพื้นฐาน เป็นจุดเริ่มต้นของการปลูกฝังความรู้ ทักษะ และ พฤติกรรมในทุกด้าน มีหน้าที่พัฒนาเด็กวัยเรียนให้เติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่มีศักยภาพ สามารถดำรงชีวิตในสังคม ได้อย่างมีคุณภาพ เนื่องจากสถานศึกษาเป็นศูนย์รวมของเด็ก ในชุมชนที่มาจากครอบครัวที่ต่างกัน จึงเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ก่อให้เกิดปัญหาโรคต่าง ๆ เมื่อนักเรียนคนใดคนหนึ่ง เจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อและมาเข้าเรียนในสถานศึกษา จึงมีโอกาสที่จะแพร่กระจายเชื้อโรคไปสู่ักเรียนคนอื่น ๆ ได้ จากการ เล่น การใกล้ชิด และทำกิจกรรมร่วมกัน สถานศึกษาจึงเป็นสถานที่สำคัญมากต่อการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค หรืออาจเปรียบได้ว่า “สถานศึกษา” นับเป็น “Shelter” สำหรับนักเรียน ที่ต้องคำนึง และให้ความสำคัญกับเรื่องดังกล่าวเป็นอันดับแรก ๆ

ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 ซึ่งขณะนี้ ยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคและไม่มียารักษาโรคโดยตรง จำเป็นอย่างยิ่งที่สถานศึกษาต้องเตรียมความพร้อม รับมือกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคดังกล่าว ที่จะส่งผลกระทบต่อระบบการจัดการเรียนการสอน และสุขภาพของนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา สิ่งสำคัญที่สุดในช่วงระยะเวลาต่อจากนี้ไป ทั้งผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และบุคลากรของสถานศึกษา ต้องปรับตัวกับการใช้ชีวิตวิถีใหม่ “New Normal” เน้นการปฏิบัติภายใต้มาตรการการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อย่างเคร่งครัด เพื่อให้สถานศึกษาเป็นสถานที่ที่ปลอดภัยจากโรคโควิด 19 ส่งผลให้นักเรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพ และปลอดภัยจากโรค

กระทรวงสาธารณสุขและผู้เชี่ยวชาญจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง ขอเป็นกำลังใจให้กับสถานศึกษาทุกแห่ง ที่เป็นกำลังสำคัญในการร่วมแรงร่วมใจกันอย่างเข้มแข็ง เพื่อรับมือกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคดังกล่าว ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษาได้รับการดูแลอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อเป็นทรัพยากร ที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไปในอนาคต

## สารจากผู้บริหาร

### “การเรียนรู้นำการศึกษา โรงเรียนอาจหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้”



*Prasert*  
**นายประเสริฐ บุญเรือง**  
**ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ**

ด้วยสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (COVID-19) มีการระบาดในวงกว้างอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งแนวโน้มที่จะเกิดการแพร่ระบาดในสถานศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ มีความตระหนักถึงสถานการณ์ดังกล่าว และคำนึงถึงความปลอดภัยและสุขภาพของนักเรียน นักศึกษา ครูผู้สอน และบุคลากรทางการศึกษา โดยตระหนักอยู่เสมอ ไม่ว่าสถานการณ์แวดล้อมจะเลวร้ายและรุนแรงแค่ไหน การเรียนรู้ที่เข้าถึงและมีคุณภาพสำหรับเด็กไทยทุกคนเป็นเป้าหมายสูงสุด ตามแนวคิด “การเรียนรู้นำการศึกษา โรงเรียนอาจหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้”

ทั้งนี้เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนสามารถเกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดเท่าที่สภาพแวดล้อมจะอำนวย กระทรวงศึกษาธิการ ได้วางแนวทางการจัดการเรียนการสอนภายใต้สถานการณ์วิกฤตของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (COVID-19) บนพื้นฐาน 6 ข้อ ดังนี้

1. จัดการเรียนการสอน โดยคำนึงถึงความปลอดภัยสูงสุดของทุกคนที่เกี่ยวข้อง “การเปิดเทอม” หมายถึงการเรียนที่โรงเรียนหรือการเรียนที่บ้าน ทั้งนี้การตัดสินใจจะขึ้นอยู่กับผลการประเมินสถานการณ์อย่างใกล้ชิด
2. อำนวยความสะดวกให้นักเรียนทุกคน สามารถเข้าถึงการเรียนการสอนได้ แม้จะไม่สามารถไปโรงเรียนได้
3. ใช้สิ่งที่มีอยู่แล้วให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น ช่องดิจิทัล TV ทั้งหมด 17 ช่อง เพื่อให้นักเรียนทุกระดับชั้นสามารถเรียนผ่าน DLTV ได้ ทั้งนี้ ไม่มีการลงทุนเพื่อจัดซื้ออุปกรณ์ใด ๆ เพิ่มเติมโดยไม่จำเป็น
4. ตัดสินใจนโยบายต่าง ๆ บนพื้นฐานของการสำรวจความต้องการ ทั้งจากนักเรียน ครู และโรงเรียน โดยให้การจัดการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพสูงสุดเป็นที่ตั้ง และกระทรวงศึกษาธิการจะสนับสนุนเครื่องมือและอุปกรณ์ตามความเหมาะสมของแต่ละพื้นที่
5. ปรับปฏิทินการศึกษาของไทย ให้เอื้อต่อการ “เรียนเพื่อรู้” ของเด็กมากขึ้น รวมทั้งปรับตารางเรียนตามความเหมาะสม โดยเวลาที่ชัดเจนจะคำนึงถึงภาระของทุกคนและการได้รับความรู้ครบตามช่วงวัยของเด็ก
6. บุคลากรทางการศึกษาทุกท่าน จะได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง และทำให้ท่านได้รับผลกระทบเชิงลบจากการเปลี่ยนแปลงน้อยที่สุด

กระทรวงศึกษาธิการ มุ่งเน้นการประสานความร่วมมืออย่างบูรณาการและเข้มแข็งกับทุกภาคส่วนรวมถึงการใช้กลไกความร่วมมือของผู้ปกครองและชุมชนในการดูแลนักเรียน นักศึกษา โดยคำนึงถึง ความปลอดภัยสูงสุดภายใต้สถานการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้น ควบคู่กับการสร้างความตระหนักให้เกิดความรอบรู้ด้านสุขภาพแก่นักเรียน นักศึกษา อันเป็นทรัพยากรที่สำคัญในการขับเคลื่อนและพัฒนาประเทศในอนาคตต่อไป

## สารจากผู้บริหาร



**แพทย์หญิงพรรณพิมล วิปุลากร**  
อธิบดีกรมอนามัย

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) ในขณะนี้ ถึงแม้ในประเทศไทย พบว่า มีรายงานผู้ป่วยโรคโควิด 19 ที่เป็นเด็ก มีอุบัติการณ์ค่อนข้างต่ำ และมักมีอาการไม่รุนแรง ซึ่งเกิดจากการติดจากบุคคลในครอบครัว แต่หากมีการระบาดในสถานศึกษาแล้วอาจส่งผลกระทบต่อในสังคม หรือผู้ใกล้ชิดต่อไปอีกด้วย

ตามที่กระทรวงศึกษาธิการยึดหลักการจัดการเรียนการสอน “โรงเรียนหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้” ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ในฐานะเป็นองค์กรหลักของประเทศในการอภิบาลระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมเพื่อให้ประชาชนสุขภาพดี มีความห่วงใยและเห็นความสำคัญการดูแลด้านสุขภาพกับการศึกษา เป็นเรื่องที่มีความเชื่อมโยงบูรณาการต้องดำเนินการควบคู่กันในลักษณะเกื้อกูลซึ่งกันและกันของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อผลลัพธ์ที่มีประสิทธิภาพสูงสุดต่อนักเรียน “คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19” ฉบับนี้ ทีมบรรณาธิการและผู้เชี่ยวชาญจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องได้ร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์ วางแผน รวบรวม ตรวจสอบ กำหนดมาตรการและแนวปฏิบัติในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียนและการรับมือเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษาที่สอดคล้องกับบริบท และสามารถนำไปใช้เป็นแนวปฏิบัติได้จริง โดยยึดความปลอดภัยของนักเรียน รวมถึงบุคลากรของสถานศึกษาเป็นที่ตั้ง เพื่อให้สถานศึกษามีความพร้อมในการจัดการเรียนการสอนที่มีคุณภาพต่อไป

## คำนำ

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) มีการระบาดในวงกว้าง องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ประกาศให้โรคโควิด 19 เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public Health Emergency of International Concern) โดยแนะนำให้ทุกประเทศเร่งรัดการเฝ้าระวังและป้องกันความเสี่ยงจากโรคโควิด 19 สำหรับประเทศไทย พบผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และมีโอกาสขยายวงกว้างขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งแนวโน้มที่จะเกิดการแพร่ระบาดในสถานศึกษา ดังนั้น การสร้างความตระหนัก รู้เท่าทัน และเตรียมความพร้อมในการรับมือกับการระบาดของโรคอย่างมีประสิทธิภาพ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพื่อลดความเสี่ยงและป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพนักเรียน ครู ผู้สอน และบุคลากรทางการศึกษา อันเป็นทรัพยากรที่สำคัญในการขับเคลื่อนและพัฒนาประเทศในอนาคต

กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับกระทรวงศึกษาธิการ ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย องค์การอนามัยโลกประจำประเทศไทย (WHO Thailand) องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย (UNICEF) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) และผู้เชี่ยวชาญจากภาคส่วนที่เกี่ยวข้องได้บูรณาการและร่วมกันพัฒนา “คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19” เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อย่างต่อเนื่องโดยเน้น ความสอดคล้องกับบริบทของสถานศึกษา และเอื้ออำนวยให้เกิดการปฏิบัติตามได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้นักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษาสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัย โดยมีสาระสำคัญ ประกอบด้วย องค์ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับโรคโควิด 19 แนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรในสถานศึกษา ได้แก่ ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา ครู ผู้ดูแลนักเรียน นักเรียน ผู้ปกครอง และแม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด การจัดการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม บริเวณต่าง ๆ ของสถานศึกษา มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรณีเกิดการระบาด และสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน ตลอดจนขั้นตอนการดำเนินงานคัดกรองและส่งต่อแบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษาแบบประเมินตนเองสำหรับนักเรียน แบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพสำหรับนักเรียน การจัดการเรียนการสอนช่วงเปิดภาคเรียน บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศรองรับสถานการณ์โรคโควิด 19 เป็นต้น

คณะผู้จัดทำ มุ่งหวังให้ “คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19” ฉบับนี้ เป็น “เครื่องมือ” สำหรับสถานศึกษาและผู้เกี่ยวข้องสามารถนำไปใช้ตามบริบทและสถานการณ์ของแต่ละสถานศึกษาภายใต้ความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อไป

คณะผู้จัดทำ  
พฤษภาคม 2563

## สารบัญ

หน้า

สารผู้บริหาร	ก
คำนำ	ง
สารบัญ	จ
▶ เกริ่นนำ	1
♦ มาตรการรับมือโรคโควิด 19	1
♦ สถานการณ์โรคโควิด 19	2
▶ การเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Reopening)	4
♦ มาตรการการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Preparation before reopening)	6
♦ แผนผังกลไกการดำเนินงานป้องกันแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในระดับจังหวัด ในสถานศึกษา	16
♦ บทบาทบุคลากรสาธารณสุขในการดำเนินงานป้องกันแพร่ระบาด ของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา	17
▶ ขั้นตอนการคัดกรองและส่งต่อนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา	18
ในการป้องกันควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19	
♦ วิธีการตรวจคัดกรองสุขภาพ	19
แนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาระหว่างเปิดภาคเรียน	23
♦ ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา	24
♦ ครู ผู้ดูแลนักเรียน	25
♦ นักเรียน	27
♦ ผู้ปกครอง	29
♦ แม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด	30
♦ ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม	34

: ห้องเรียน ห้องเรียนรวม ห้องสมุด ห้องประชุม หอประชุม  
 โรงยิม สนามกีฬา สถานที่แปร่งฟัน สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่น  
 ห้องส้วม ห้องพักรู หอพยาบาล โรงอาหาร รถรับ – ส่งนักเรียน  
 หอพักนักเรียน ห้องนอนเด็กเล็ก การเข้าแถวเคารพธงชาติ

## สารบัญ

หน้า

▶ มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรณีเกิดการระบาด	44
▶ บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย	47
▶ สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน	59
▶ เอกสารอ้างอิง	73
▶ ภาคผนวก	75
◆ แบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษาในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19	76
◆ แบบประเมินตนเองสำหรับนักเรียนในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19	80
◆ แบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพสำหรับนักเรียน บุคลากร หรือผู้มาติดต่อในสถานศึกษา เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19	82
◆ การจัดการเรียนการสอนช่วงเปิดภาคเรียนของกระทรวงศึกษาธิการรองรับสถานการณ์โรคโควิด 19	83
◆ แนวปฏิบัติตามแนวทางองค์การอนามัยโลก (WHO) และบทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19	85
◆ วิธีปฏิบัติ : วัดไข้ สวมหน้ากาก ล้างมือ เว้นระยะห่าง ทำความสะอาด ลดแออัด วิธีการทำเจลล้างมือ	103
◆ คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการ คณะอนุกรรมการจัดทำมาตรการในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และคณะทำงานวิชาการหลัก	113

# เกริ่นนำ

## มารู้จักโรคโควิด 19

### โรคโควิด 19 คืออะไร

ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 เป็นตระกูลของไวรัสที่ก่อให้เกิดอาการป่วย ตั้งแต่โรคไข้หวัดธรรมดาไปจนถึงโรคที่มีความรุนแรงมาก เช่น โรคระบบทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS-CoV) และโรคระบบทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง (SARS-CoV) เป็นต้น ซึ่งเป็นสายพันธุ์ใหม่ที่ไม่เคยพบมาก่อนในมนุษย์ก่อให้เกิดอาการป่วยระบบทางเดินหายใจในคน และสามารถแพร่เชื้อจากคนสู่คนได้ โดยเชื้อไวรัสนี้พบครั้งแรกในการระบาดในเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ สาธารณรัฐประชาชนจีน ในช่วงปลายปี 2019 หลังจากนั้นได้มีการระบาดไปทั่วโลก องค์การอนามัยโลกจึงตั้งชื่อการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่นี้ว่า โรคติดเชื้อไวรัส โคโรนา 2019 หรือ โรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID – 19))

### อาการของผู้ป่วยโรคโควิด 19 มีอาการอย่างไร

อาการทั่วไป ได้แก่ อาการระบบทางเดินหายใจ มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ในกรณีที่อาการรุนแรงมาก อาจทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อน เช่น ปอดบวม ปอดอักเสบ ไตวาย หรืออาจเสียชีวิต

### โรคโควิด 19 แพร่กระจายเชื้อได้อย่างไร

โรคชนิดนี้มีความเป็นไปได้ที่มีสัตว์เป็นแหล่งรังโรค ส่วนใหญ่แพร่กระจายผ่านการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อผ่านทางละอองเสมหะจากการไอ น้ำมูก น้ำลาย ปัจจุบันยังไม่มีหลักฐานสนับสนุนการแพร่กระจายเชื้อผ่านทางกรงที่พื้นผิวสัมผัสที่มีไวรัสแล้วมาสัมผัส ปาก จมูก และตา

### โรคโควิด 19 รักษาได้อย่างไร

ยังไม่มียาสำหรับป้องกันหรือรักษาโรคโควิด 19 ผู้ที่ติดเชื้ออาจต้องได้รับการรักษาแบบประคับประคองตามอาการ โดยอาการที่มีแตกต่างกัน บางคนรุนแรงไม่มาก ลักษณะเหมือนไข้หวัดทั่วไป บางคนรุนแรงมาก ทำให้เกิดปอดอักเสบได้ ต้องสังเกตอาการใกล้ชิดร่วมกับการรักษาด้วยการประคับประคองอาการจนกว่าจะพ้นอาการช่วงนั้น และยังไม่มียาตัวใดที่มีหลักฐานชัดเจนว่า รักษาโรคโควิด 19 ได้โดยตรง

### ใครบ้าง ที่เสี่ยงสูงต่อการติดโรคโควิด 19

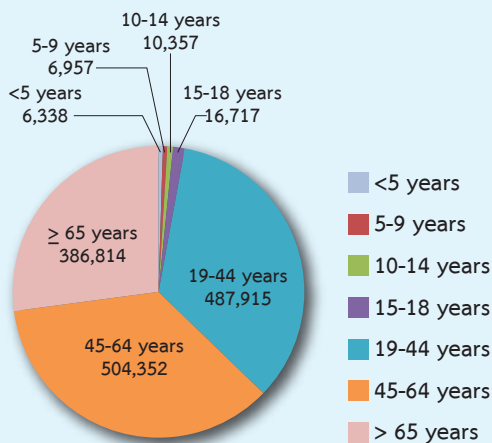
กลุ่มเสี่ยงโดยตรงที่อาจสัมผัสกับเชื้อ ได้แก่ ผู้ที่เพิ่งกลับจากพื้นที่เสี่ยง สัมผัสใกล้ชิด ผู้ป่วยสงสัยติดเชื้อ กลุ่มเสี่ยงที่ต้องระวัง หากติดเชื้ออาจมีอาการรุนแรง ได้แก่ ผู้สูงอายุ 70 ปีขึ้นไป ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจ ภูมิแพ้ เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

## สถานการณ์โรคโควิด 19

มีรายงานผู้ป่วยโรคโควิด 19 ในประเทศที่มีการระบาดทั้งประเทศจีน ประเทศในทวีปยุโรป ประเทศสหรัฐอเมริกา และประเทศไทย แสดงให้เห็นว่า เด็กติดเชื้อไวรัสโควิด 19 ได้ทุกอายุ แต่อุบัติการณ์น้อยกว่าผู้ใหญ่มาก เด็กมักมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อในครอบครัว เด็กที่ป่วยเป็นโรคไวรัสโควิด 19 จะมีเชื้อในระบบทางเดินหายใจ บทบาทของเด็กในการเป็นผู้แพร่เชื้อยังไม่ชัดเจน แต่การที่พบเชื้อโคโรนาไวรัสในทางเดินหายใจของผู้ป่วยเด็ก ทำให้เด็กมีโอกาสเป็นผู้แพร่เชื้อสู่ผู้อื่นได้ แม้รายงานส่วนใหญ่เด็กมักเป็นผู้รับเชื้อไวรัสโควิด 19 จากผู้อื่น มีรายงานว่าผู้ป่วยโควิด 19 ที่เป็นเด็กมักมีอาการไม่รุนแรง แต่อาจมีอาการรุนแรงถึงแก่ชีวิตในกรณีที่มีโรคอื่นอยู่ก่อน หรือเป็นผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง ในระยะหลังมีรายงานผู้ป่วยที่มีอาการคล้ายโรคคาวาซากิ (Kawasaki Disease) บางรายมีอาการช็อคและเสียชีวิต เกิดขึ้นในเด็กที่มีสุขภาพดีมาก่อน เป็นกลุ่มอาการ Hyperinflammatory syndrome ที่เกี่ยวข้องกับ การติดเชื้อโควิด 19 รายงานจากอังกฤษ สหรัฐอเมริกา อิตาลี จะเห็นได้ว่า โรคโควิด 19 เป็นโรคที่อุบัติขึ้นมาใหม่ ไม่เป็นที่รู้จักมาก่อน ความรู้ในด้านอาการ อาการแสดง ความรุนแรงของโรค ยังไม่เป็นที่รู้จักกันยังคงต้องศึกษา และมีการเปลี่ยนแปลงข้อมูลตลอดเวลา

### COVID-19 and Children

Distribution by Age of COVID-19 Cases

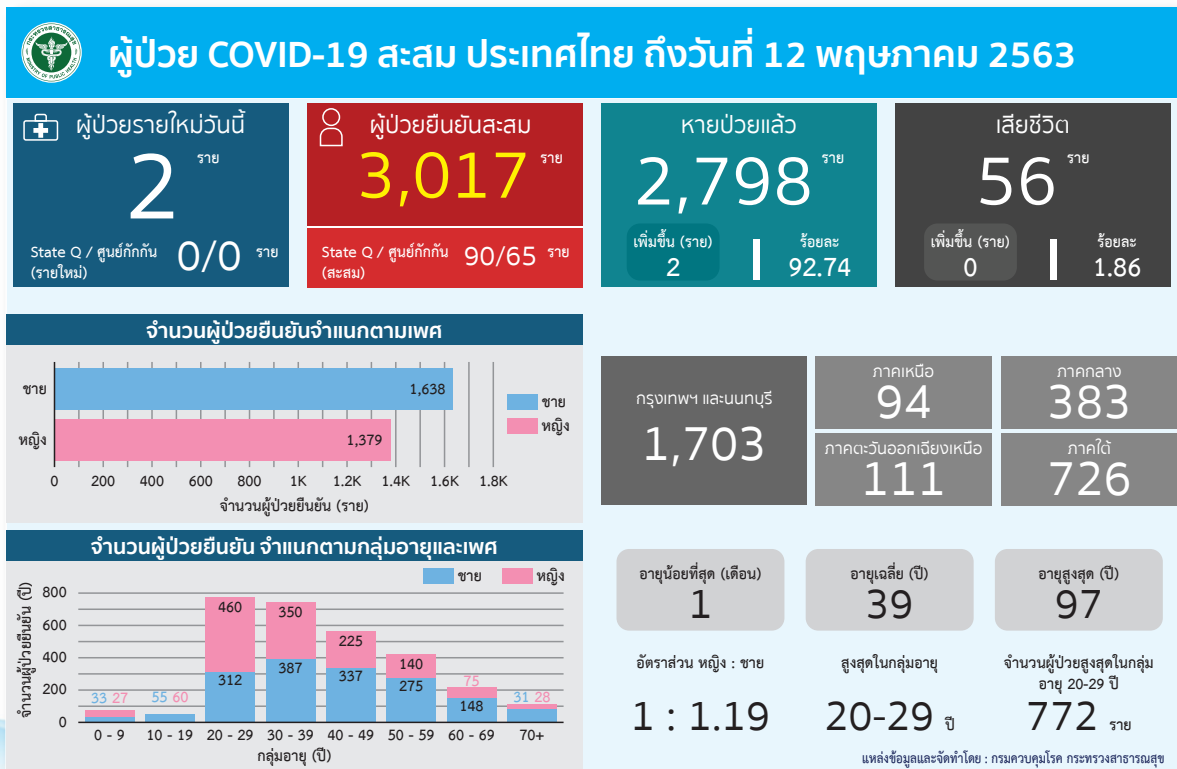


Distribution by Age of COVID-19 Cases in Pediatric Population

Age Group	Number of cases	Percentage of cases
Under 5 years	6,336	0.45
5-9 years	6,957	0.49
10-14 years	10,357	0.73
15-18 years	16,717	1.18

สถานศึกษาเป็นสถานที่ที่มีนักเรียนอยู่รวมกันจำนวนมาก มักจะมีความเสี่ยงสูง หากมีระบบการจัดการที่ไม่ดี อาจจะมีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 ได้ในกลุ่มเด็ก เนื่องจากพบว่าการติดเชื้อไวรัสโควิด 19 ส่วนใหญ่จะไม่ค่อยมีอาการหรือมีอาการแสดงค่อนข้างน้อย ความรุนแรงจะน้อยมาก หากมีการระบาดในกลุ่มเด็กขึ้น จะมีผลกระทบในสังคมหรือผู้ใกล้ชิด เช่น ครู พ่อแม่ ผู้สูงอายุ ที่ติดเชื้อจากเด็ก

จากรายงานสถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ประเทศไทย พบว่า ผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อสะสม จำนวน 3,017 ราย เด็ก อายุ 0 - 9 ปี เป็นผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อสะสม จำนวน 60 ราย คิดเป็นร้อยละ 1.9 เป็นเด็กอายุ 10 - 19 ปี เป็นผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อสะสม จำนวน 115 ราย คิดเป็นร้อยละ 3.8 น้อยกว่ากลุ่มผู้ใหญ่ (ข้อมูล ณ 12 พฤษภาคม 2563) ไม่มีรายงานผู้ป่วยเด็กที่เสียชีวิตในประเทศไทย อย่างไรก็ตาม หากมีการเปิดเรียน มีโอกาสสูงที่จะเกิดการติดเชื้อในกลุ่มเด็กเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเด็กเป็นกลุ่มที่ต้องได้รับการดูแลและระมัดระวังในการกระจายเชื้อเป็นอย่างมาก มาตรการในการเปิดเทอม จึงมีความสำคัญมากในการควบคุมการระบาด การวางแผนเปิดเทอม จึงต้องมั่นใจว่า ควบคุมไม่ให้เกิดการระบาดของโรคในเด็กนักเรียนได้



ที่มา : <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/index.php>

# การเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Reopening)

## ทำไมต้องเปิดเรียน

การหยุดชะงักของการเรียนการสอน อาจส่งผลกระทบต่อความสามารถในการเรียนรู้ของนักเรียน โดยเฉพาะกลุ่มเด็กด้อยโอกาสหรือเด็กกลุ่มเปราะบาง หากหยุดเรียนนาน แนวโน้มจะกลับคืนสถานศึกษาก็ยิ่งลดลง เด็กที่มาจากครอบครัวยากจนมีแนวโน้มออกจากสถานศึกษาสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวร่ำรวยเกือบห้าเท่า การออกจากระบบการศึกษาเพิ่มความเสี่ยงต่อการตั้งครมในวัยรุ่น และการแสวงหาประโยชน์ทางเพศ รวมทั้งปัญหา ความรุนแรงและการคุกคามอื่น ๆ นอกจากนี้ การปิดสถานศึกษายาวนานมาก ทำให้บริการสุขภาพที่สำคัญต่าง ๆ ที่ใช้โรงเรียนเป็นฐาน ต้องหยุดชะงักด้วย เช่น การฉีดวัคซีน การประเมินภาวะโภชนาการ โครงการอาหารกลางวัน และการช่วยเหลือด้านสุขภาพจิตและจิตสังคม ทำให้นักเรียนเครียดและวิตกกังวลเนื่องจากขาดการมีปฏิสัมพันธ์ กับเพื่อนและไม่ได้ทำกิจวัตรประจำวันตามปกติ ผลกระทบเชิงลบเหล่านี้จะยิ่งรุนแรงมากขึ้นในกลุ่มเด็กด้อยโอกาส เช่น เด็กพิการ เด็กในพื้นที่เฉพาะหรือพื้นที่ห่างไกล เด็กที่ถูกบังคับให้โยกย้ายถิ่นฐาน ชนกลุ่มน้อย และเด็กในความดูแล ของสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ ทั้งนี้ การเปิดเรียนจะต้องคำนึงถึงความปลอดภัยและสอดคล้องกับมาตรการด้านสาธารณสุข ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พร้อมทั้งปฏิบัติตามมาตรการที่เหมาะสมทุกประการสำหรับผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา นักเรียน ครู บุคลากรสถานศึกษา และผู้ปกครอง

## ควรเปิดเรียนเมื่อไหร่ ที่ไหน และสถานศึกษาใดบ้าง

การเลือกเวลาที่เหมาะสมที่สุดในการเปิดภาคเรียน ควรพิจารณาถึงประโยชน์สูงสุดของนักเรียนเป็นสำคัญ รวมทั้งข้อควรพิจารณาด้านสาธารณสุขโดยรวม บนพื้นฐานของการประเมินคุณประโยชน์และความเสี่ยงที่เกี่ยวข้อง ประกอบกับหลักฐานจากภาคส่วนต่าง ๆ และบริบทเฉพาะ รวมถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อการศึกษา สาธารณสุข เศรษฐกิจ และสังคม การวิเคราะห์สิ่งเหล่านี้จะช่วยจัดลำดับความสำคัญของมาตรการลดความเสี่ยงต่าง ๆ นอกจากนี้ ควรให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในระดับท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ เพื่อให้การดำเนินงานสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ บริบทของท้องถิ่นอย่างแท้จริง โดยคำนึงถึงประโยชน์ของการจัดการเรียนการสอนในห้องเรียนเปรียบเทียบกับ การจัดการเรียนการสอนทางไกล และพิจารณาปัจจัยเสี่ยงของการเปิดสถานศึกษา รวมทั้งหลักฐานซึ่งยังไม่ได้สรุป แน่ชัด เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความเสี่ยงของการติดเชื้อกับการเข้าเรียน ประกอบด้วย

- ◆ การเรียนการสอนในห้องเรียนจำเป็นเพียงใดต่อการบรรลุผลการเรียนรู้ที่ต้องการ (ความรู้พื้นฐาน ความรู้ที่ถ่ายทอดได้ ความรู้ดิจิทัล ความรู้เฉพาะสาขาอาชีพ) โดยตระหนักถึงประเด็นต่าง ๆ เช่น ความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับครูในการเรียนรู้ผ่านการเล่นของเด็กเล็กและการพัฒนา ทักษะพื้นฐาน
- ◆ ความสามารถในการเข้าถึงและความพร้อมในการเรียนการสอนทางไกลที่มีคุณภาพมีมากน้อยเพียงใด (ทั้งในด้านผลการเรียนรู้ และความเหมาะสมกับกลุ่มอายุต่าง ๆ รวมทั้งกลุ่มเด็กด้อยโอกาส)
- ◆ รูปแบบการเรียนการสอนทางไกลในปัจจุบัน รวมถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ และสุขภาพทางอารมณ์ และสังคม จะยั่งยืนเพียงใด หากผู้ดูแลเด็กได้รับแรงกดดันในครอบครัวและปัจจัยเชิงบริบทอื่น ๆ
- ◆ ผู้ดูแลเด็กมีเครื่องมือที่จำเป็นในการปกป้องคุ้มครองเด็กจากการถูกคุกคามและการใช้ความรุนแรงทางเพศ ในโลกออนไลน์ เมื่อเด็กเรียนผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์หรือไม่

- ◆ จุดเปลี่ยนผ่านสำคัญบนเส้นทางของการศึกษา (ความร่วมมือในการเข้าเรียน การสำเร็จชั้น ประถมศึกษา และเรียนต่อระดับมัธยมศึกษา หรือการสำเร็จชั้นมัธยมศึกษาและเรียนต่อระดับอุดมศึกษา) ได้รับผลกระทบจากการระบาดของโรคอย่างไร และมีมาตรการตอบสนองอย่างไร
- ◆ ครูและบุคลากรสถานศึกษา มีความพร้อมและสามารถปรับตัวเข้ากับวิถีการเรียนรู้และการบริหารจัดการที่แตกต่างออกไปมากน้อยเพียงใดและมีความพร้อมและสามารถดำเนินมาตรการเพื่อป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดหรือไม่
- ◆ การที่นักเรียนไม่ได้ไปเรียนในสถานศึกษา มีความเสี่ยงด้านการคุ้มครองเด็กหรือไม่ เช่น ความเสี่ยงด้านความรุนแรงในครอบครัวที่เพิ่มขึ้น หรือการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กชายและเด็กหญิง
- ◆ การปิดสถานศึกษาเป็นอุปสรรคต่อโครงการช่วยเหลือต่าง ๆ สถานศึกษามีบริการให้กับนักเรียน หรือไม่ (เช่น กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการ)
- ◆ การที่นักเรียนไม่ได้ไปเรียนในสถานศึกษาส่งผลกระทบต่อด้านสังคม เศรษฐกิจ และคุณภาพชีวิตของ นักเรียนอย่างไร
- ◆ สถานศึกษามีศักยภาพเพียงใด ในการปฏิบัติตามมาตรการรักษาความปลอดภัยของสถานศึกษา เพื่อลดความเสี่ยง เช่น การเว้นระยะห่างทางสังคม (จำนวนนักเรียนต่อขนาดของห้องเรียน) สิ่งอำนวยความสะดวกและแนวปฏิบัติ ด้านน้ำ สุขาภิบาล และสุขอนามัย เป็นต้น
- ◆ สมาชิกของสถานศึกษามีโอกาสติดต่อสัมผัสกับกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงกว่า เช่น ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว มากน้อยเพียงใด และหากมีโอกาสติดต่อสัมผัสสูง สถานศึกษามีการดำเนินงานอย่างไรเพียงพอเพื่อลดโอกาสดังกล่าวลงหรือไม่
- ◆ สมาชิกของสถานศึกษาเดินทางไป – กลับ อย่างไร
- ◆ ปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับชุมชนมีอะไรบ้าง โดยพิจารณาถึงปัจจัยทางระบาดวิทยา ศักยภาพด้านสาธารณสุขและการดูแลสุขภาพ ความหนาแน่นของประชากร การปฏิบัติตามหลักสุขอนามัยที่ดีและการเว้นระยะห่างทางสังคม การวิเคราะห์คุณประโยชน์และความเสี่ยงโดยคำนึงถึงบริบทเฉพาะ จะช่วยให้สถานศึกษาสามารถ
  - 1) ความเข้าใจเกี่ยวกับการแพร่เชื้อโรคโควิด 19 และความรุนแรงของโรคในประชากรวัยเรียน
  - 2) สถานการณ์และการระบาดของโรคโควิด 19 ในพื้นที่ที่สถานศึกษาตั้งอยู่
  - 3) บริบทและความพร้อมของสถานศึกษาในการป้องกันและควบคุมโรคในสถานศึกษา
  - 4) การประเมินผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับนักเรียน หากสถานศึกษาปิด (อาทิ ความเสี่ยงต่อการไม่กลับมาเรียนของนักเรียน การเพิ่มขึ้นของความเหลื่อมล้ำในการได้รับการศึกษา การขาดแคลนอาหาร ความรุนแรงในครอบครัวที่เพิ่มสูงขึ้นจากความไม่แน่นอนทางเศรษฐกิจ) และความจำเป็นที่จะต้องเปิดสถานศึกษา อย่างน้อยเป็นบางส่วนให้แก่เด็กที่ผู้ปกครองทำงานในภาคส่วนที่มีหน้าที่ควบคุมสถานการณ์โรคหรือบริการสาธารณะที่จำเป็นของประเทศ
 หากเป็นไปได้ ควรมีเวลาอย่างน้อย 14 วัน (ซึ่งสอดคล้องกับระยะฟักตัวของโรคโควิด 19) ระหว่างแต่ละระยะ (phase) ของการยกเลิกข้อห้ามต่าง ๆ เพื่อให้มีเวลาเพียงพอในการติดตามผลและวางแผนปรับมาตรการต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

## มาตรการการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Preparation before reopening)

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ส่งผลกระทบอย่างมากต่อทุกภาคส่วน เมื่อสถานการณ์เป็นไปในทางที่ดีขึ้น การเปิดสถานศึกษาหลังจากปิด จากสถานการณ์ โควิด 19 มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการเตรียมความพร้อมของสถานศึกษา การปฏิบัติตนของนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา เพื่อลดโอกาสการติดเชื้อและป้องกันไม่ให้เกิดการติดเชื้อโรคโควิด 19 ให้เกิดความปลอดภัยแก่ทุกคน จึงควรมีการประเมินความพร้อมการเปิดภาคเรียนของสถานศึกษา ซึ่งองค์การเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติและองค์การภาคี ได้เสนอกรอบแนวทาง 6 มิติ ได้แก่ การดำเนินงานเพื่อความปลอดภัย การเรียนรู้ การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส สวัสดิภาพและการคุ้มครอง นโยบาย และการบริหารการเงิน จึงมีแนวคิดในการสร้างความเชื่อมโยงกับมาตรการป้องกันโรคเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด 19 ของศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด 19) (ศบค.) อันจะเป็นการวางแผนที่จะช่วยสร้างเสริมความเข้มแข็งด้านการคุ้มครองสุขภาพและความปลอดภัยของนักเรียน โดยมีมาตรการควบคุมหลักในมิติการดำเนินงานเพื่อความปลอดภัยจากการลดการแพร่เชื้อโรค 6 ข้อปฏิบัติในสถานศึกษา ได้แก่ 1. คัดกรองวัดไข้ 2. สวมหน้ากาก 3. ล้างมือ 4. เว้นระยะห่าง 5. ทำความสะอาด 6. ลดแออัด



โดยมีรายละเอียดแนวปฏิบัติแต่ละมาตรการ มาตรการควบคุมหลักในมติดังกล่าว การเรียนรู้ การครอบคลุมถึงเด็กด้วยโอกาส สวัสดิภาพและการคุ้มครอง นโยบาย และการบริหารการเงิน ตลอดจน มาตรการเสริมในแต่ละมิติ ดังนั้น จึงมีความเชื่อมโยงตามกรอบแนวทาง 6 มิติ กับมาตรการการป้องกันโรค เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด 19 ในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน มีดังนี้

## ความเชื่อมโยง 6 มิติกับมาตรการการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน

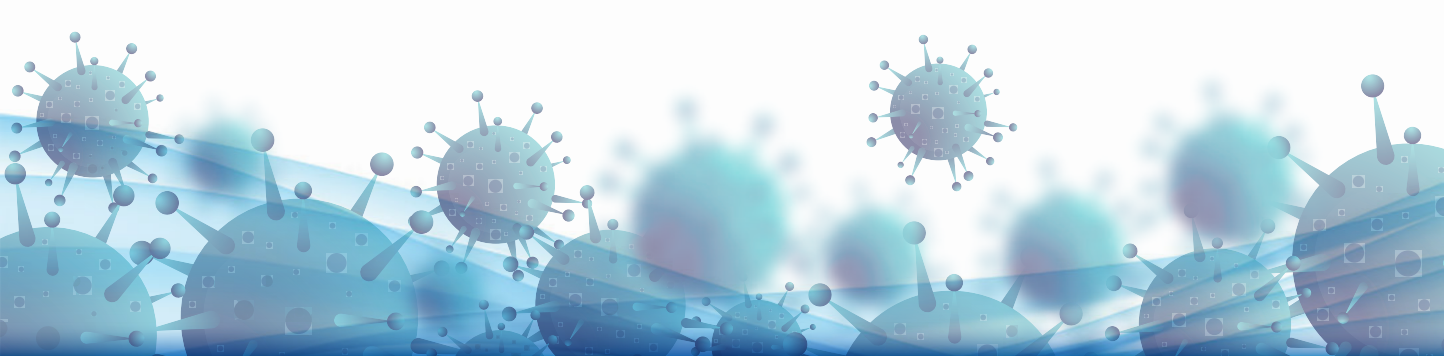
มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<b>1. ความปลอดภัยจากการลดการแพร่เชื้อโรค</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>มีมาตรการคัดกรองวัดไข้และอาการเสีียง ก่อนเข้าสถานศึกษา พร้อมสังเกตอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส สำหรับนักเรียน บุคลากรของ สถานศึกษา และผู้มาติดต่อ ทุกคน</li> <li>ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษา ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาเมื่ออยู่ในสถานศึกษา</li> <li>ให้มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์อย่างเพียงพอในบริเวณต่างๆ เช่น ทางเข้าอาคาร ห้องเรียน โรงอาหาร</li> <li>ให้จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร เช่น ระหว่างโต๊ะเรียน ที่นั่งเรียน ที่นั่งในโรงอาหาร ที่นั่งพัก ทางเดิน จุดรอคอย ห้องนอนเด็กเล็ก กรณีห้องเรียนไม่เพียงพอในการจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ควรจัดให้มีการสลับวันเรียน แต่ละชั้นเรียน การแบ่งจำนวนนักเรียน หรือการใช้พื้นที่ใช้สอย บริเวณสถานศึกษา ตามความเหมาะสม ทั้งนี้อาจพิจารณาวิธีปฏิบัติอื่นตามบริบทความเหมาะสม โดยยึดหลัก Social distancing</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง เช่น ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องดนตรี ลิฟต์ อุปกรณ์กีฬา</li> <li>จัดให้มีพื้นที่ในการเข้าแถว ทำกิจกรรม หรือเล่นกลุ่มย่อย เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</li> <li>ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช่สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ช้อน ส้อม แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า</li> <li>จัดให้มีห้องพยาบาลสำหรับแยกผู้มีอาการป่วยระบบทางเดินหายใจออกจากผู้มีอาการป่วยระบบอื่น ๆ หรือพิจารณาส่งไปสถานพยาบาล</li> </ol>

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
	<p>5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียน และบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของ โต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน พักเที่ยง และ หลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิด และรวบรวมขยะออกจากห้องเรียนเพื่อนำไปกำจัดทุกวัน</p> <p>6. ให้พิจารณาควบคุมจำนวนนักเรียน ที่มาร่วมกิจกรรม ลดแออัด หรือ ลดเวลาทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็น หรือเหลือเวลาทำกิจกรรม โดยถือหลักหลีกเลี่ยงการติดต่อสัมผัสระหว่างกัน</p>	<p>5. จัดให้มีการสื่อสารความรู้ การป้องกันโรคโควิด 19 แก่นักเรียน บุคลากร เพื่อให้สามารถล้างมือ สวมและถอดหน้ากากอย่างถูกวิธี การเก็บรักษา หน้ากาก ช่วงพักเที่ยงและการทำความสะอาดสถานที่ และ อุปกรณ์ของใช้ที่ถูกสุขลักษณะ ตลอดจนจัดให้มีนักเรียนแกนนำ ด้านสุขภาพนักเรียนที่มีจิตอาสา เป็นอาสาสมัครในการช่วยดูแล สุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือดูแลรุ่นน้องด้วย</p> <p>6. กรณี มีรถรับ - ส่งนักเรียน เน้นให้ผู้โดยสารทุกคน สวม หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ทำความสะอาดยานพาหนะและ บริเวณจุดสัมผัสร่วมกัน เช่น ราวจับ เบาะนั่ง ที่วางแขน ก่อนรับ และหลังจากส่ง นักเรียนแล้วทุกครั้ง ลดการพูดคุยหรือเล่นกันบนรถ ตลอดจนการจัดเว้นระยะห่างระหว่างที่นั่ง</p>


มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<p><b>2. การเรียนรู้</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. จัดหาสื่อความรู้ในการป้องกันควบคุมโรคโควิด 19 สำหรับใช้ในการเรียนการสอน การเรียนรู้ นอกห้องเรียน หรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ในรูปแบบของสื่อออนไลน์ : VTR , Animation , Infographic และสื่อสิ่งพิมพ์ : โปสเตอร์ แผ่นพับ ภาพพลิก คู่มือ แนวปฏิบัติ</li> <li>2. เตรียมความพร้อมด้านการเรียนรู้ของเด็กตามวัยและสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา</li> <li>3. สร้างความเข้มแข็งของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยบูรณาการกิจกรรมส่งเสริมพัฒนานักเรียนด้านทักษะชีวิต และความเข้มแข็งทางใจ เข้าในการเรียนการสอนปกติ เพื่อช่วยให้นักเรียนจัดการความเครียดและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. กรณีเด็กเล็ก ไม่แนะนำให้ใช้สื่อการเรียนการสอนแบบออนไลน์ โดยขาดปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน ครู ผู้ปกครอง</li> <li>2. ไม่ปล่อยให้เด็กและวัยรุ่นอยู่กับสื่อออนไลน์ (ที่ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอน) นานเกินไป โดยทั่วไป กำหนดระยะเวลา             <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 ชั่วโมงต่อวัน สำหรับเด็กเล็ก / ประถมศึกษา</li> <li>- 2 ชั่วโมงต่อวัน สำหรับเด็กโต / มัธยมศึกษา</li> </ul> </li> <li>3. ส่งเสริมให้สถานศึกษาและนักเรียนประเมินตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน รองรับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 รวมถึงมีการตรวจคัดกรองสุขภาพนักเรียนอย่างต่อเนื่อง</li> <li>4. สนับสนุนให้นักเรียนใช้สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพในรูปแบบและผ่านช่องทางหลากหลายที่สามารถเข้าถึงได้ อันจะช่วยส่งเสริมให้เกิดความรอบรู้ด้านสุขภาพนำไปสู่การปฏิบัติตนด้านสุขภาพที่เหมาะสม สะท้อนถึงการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ลดโรคและปลอดภัย</li> </ol>

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<p><b>3. การครอบคลุมถึง เด็กด้อยโอกาส</b></p> <p><b>ก. เด็กพิเศษ</b></p> <p><b>ข. เด็กในพื้นที่เฉพาะห่างไกลมาก</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. จัดหาวัสดุสิ่งของเครื่องใช้และอุปกรณ์ล้างมือ เช่น สบู่ เจลแอลกอฮอล์ หน้ากากผ้าหรือ หน้ากากอนามัยอย่างเพียงพอสำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา ควรมีสื่อรณรงค์ โดยเฉพาะเด็กเล็กที่เปื้อนง่าย เพราะถ้าขึ้นแฉะจะไม่สามารถป้องกันเชื้อได้</li> <li>2. มีการปรับปรุงแบบการเรียนการสอนให้ สอดคล้องกับบริบท การเข้าถึงการเรียนรู้ในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด 19</li> <li>3. มีมาตรการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับบริการสุขภาพขั้นพื้นฐานอย่างทั่วถึง</li> <li>4. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมของที่พักและเรือนนอนให้ถูกสุขลักษณะ</li> <li>5. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับข้อบัญญัติการปฏิบัติด้านศาสนกิจ</li> <li>6. มีมาตรการดูแลนักเรียนที่มีความบกพร่อง ด้านพัฒนาการการเรียนรู้ หรือด้านพฤติกรรม อารมณ์ ที่สามารถเรียนรู้ร่วมกับเด็กปกติ ได้แก่นักเรียนที่มีภาวะบกพร่องทางสติปัญญา บกพร่องทางการเรียนรู้ บกพร่องด้านพฤติกรรมอารมณ์ รวมถึงภาวะสมาธิสั้นและเด็กออทิสติก</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ประสานและแสวงหาการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์การป้องกันโรคโควิด 19 จากหน่วยงานของจังหวัดและผู้เกี่ยวข้อง เช่น ศบค.จ. ท้องถิ่น เอกชน บริษัทห้างร้าน ภาคประชาชน เป็นต้น</li> <li>2. ประสานการดำเนินงานตามแนวทางพัฒนากิจกรรมผู้เรียนของกระทรวงศึกษาธิการกรณีมีข้อจำกัดด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา</li> <li>3. ใช้สื่อสร้างความเข้าใจเรื่องโรคโควิด 19 และแนวทางการดูแลตัวเอง โดยคำนึงถึงข้อจำกัดทางภาษาและสังคมกลุ่มนักเรียนพิการเรียนรวม เลือกใช้สื่อที่เป็นรูปภาพ หรือเสียงที่เข้าใจง่ายมากกว่าใช้ตัวอักษรเพียงอย่างเดียว</li> </ol>

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<p><b>4. สวัสดิภาพ และการคุ้มครอง</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. จัดเตรียมแผนรองรับด้านการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนป่วย กักตัวหรือกรณีปิดสถานศึกษาชั่วคราว</li> <li>2. จัดเตรียมแนวปฏิบัติการสื่อสารเพื่อลดการรังเกียจและการตีตราทางสังคม (Social stigma)</li> <li>3. จัดเตรียมแนวปฏิบัติด้านการจัดการความเครียดของครูและบุคลากร</li> <li>4. ตรวจสอบประวัติเสี่ยงของบุคลากรและนักเรียน ตรวจสอบเรื่องการกักตัวให้ครบ 14 วันก่อนมาทำการเรียนการสอนตามปกติและทุกวันเปิดเรียน</li> <li>5. กำหนดแนวทางปฏิบัติตามระเบียบสำหรับบุคลากรและนักเรียนที่สงสัยติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคโควิด 19 โดยไม่ถือเป็นวันลาหรือวันหยุดเรียน</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สื่อสารทำความเข้าใจกับบุคคลทุกฝ่าย ให้ข้อมูลที่ให้ความเชื่อมั่นในมาตรการป้องกันและการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือในสถานศึกษา โดยเฉพาะการระมัดระวัง การสื่อสารและคำพูดที่มีผลต่อทัศนคติ เพื่อลดการรังเกียจ การตีตราทางสังคม (Social stigma) กรณีที่อาจพบบุคลากรในสถานศึกษา นักเรียนผู้ปกครองติดเชื้อโรคโควิด 19</li> <li>2. กรณีนักเรียนหรือบุคลากรป่วยจริงต้องให้หยุดรักษาจนกว่าจะหายเป็นปกติ โดยนำหลักฐานใบรับรองแพทย์มายืนยัน เพื่อกลับเข้าเรียนตามปกติ โดยไม่ถือว่าขาดเรียนหรือขาดงาน</li> <li>3. กักตัวผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วยตามเกณฑ์ควบคุมโรคและดำเนินการช่วยเหลือเช่นเดียวกับผู้ป่วย</li> </ol>



มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<p><b>5. นโยบาย</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. สื่อสารประชาสัมพันธ์แก่ครูและบุคลากรในสถานศึกษาให้มีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้น เกี่ยวกับโรคโควิด 19 ทักษะการล้างมือ การสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย สุขลักษณะส่วนบุคคลที่ดี รวมทั้งการทำความสะอาดอย่างถูกวิธี</li> <li>2. ประชุมชี้แจงคณะกรรมการสถานศึกษาชั้นพื้นฐานแบบออนไลน์ หรือกลุ่มย่อยตามความจำเป็น</li> <li>3. มีแผนงาน โครงการ และกิจกรรมรองรับนโยบายและแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 ของสถานศึกษา</li> <li>4. แต่งตั้งคณะทำงานรับผิดชอบเกี่ยวกับโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา ประกอบด้วย ครูบุคลากร สถานศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และผู้เกี่ยวข้อง</li> <li>5. กำหนดบทบาทหน้าที่ โดยมอบหมายครู ครูอนามัยหรือบุคลากรของสถานศึกษาทำหน้าที่คัดกรอง วัดไข้ นักเรียน สังเกตสอบถามอาการเสี่ยง และประสานงานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ให้บริการในโรงพยาบาลดูแลทำความสะอาดในบริเวณสถานศึกษา และบริเวณจุดเสี่ยง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. จัดระบบให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง กรณีขาดเรียน ลาป่วย ปิดสถานศึกษา เช่น จัดรูปแบบการเรียนออนไลน์ ผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ การติดต่อทางโทรศัพท์ Social media การติดตามเป็นรายวัน หรือรายสัปดาห์</li> <li>2. พิจารณาปิดสถานศึกษาตามสถานการณ์และความเหมาะสม กรณีนักเรียน ครู หรือบุคลากรในสถานศึกษาอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือมีผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อเข้ามาในสถานศึกษา ให้ประสานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อทำความสะอาดอาคารสถานที่ ทั้งภายในภายนอกอาคารและสิ่งของเครื่องใช้ รวมทั้งรับแจ้งหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อทำการสอบสวนโรค</li> <li>3. สื่อสารให้มีความรู้เกี่ยวกับการสังเกตอาการเสี่ยง การมีแนวโน้มเสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด 19 ได้ง่าย ได้แก่ เด็กที่มีอาการแสดงด้าน พฤติกรรม : ชนเกินไป ใจลอย รอคอยไม่ได้ รอคอยได้น้อย) ทำให้เด็กกลุ่มนี้เสี่ยงต่อการสัมผัสกับบุคคลอื่น ล้าง แคะ สัมผัสใบหน้า จมูก ปากตัวเอง รวมทั้งหลงลืมการใส่หน้ากากผ้า หรือ หน้ากากอนามัย</li> </ol>

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<p><b>5. นโยบาย (ต่อ)</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. สื่อสารทำความเข้าใจผู้ปกครอง และนักเรียน โดยเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียนหรือวันแรกของการเปิดเรียนเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 และมีช่องทางการติดต่อสื่อสาร</li> <li>7. สถานศึกษามีการประเมินตนเองเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเปิดเรียนผ่านระบบออนไลน์ของกระทรวงศึกษาธิการ / Thai STOP COVID กรมอนามัย หรือตามแบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษาในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียนเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19</li> <li>8. มีมาตรการการจัดการด้านความสะอาด รถ รับ - ส่งนักเรียน และชี้แจงผู้ประกอบการ เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 โดยถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด</li> <li>9. เสริมสร้างวัคซีนชุมชนในสถานศึกษา โดยมาตรการ “4 สร้าง 2 ใช้”               <ul style="list-style-type: none"> <li>- สร้างสถานศึกษาที่รู้จัก... “ปลอดภัย” (safety)</li> <li>- สร้างสถานศึกษาที่..... “สงบ” (calm)</li> <li>- สร้างสถานศึกษาที่มี..... “ความหวัง” (Hope)</li> </ul> </li> </ol>	

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
<b>5. นโยบาย (ต่อ)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- สร้างสถานศึกษาที่..... “เข้าใจ เห็นใจและให้โอกาส” (De-stigmatization)</li> <li>- ใช้ศักยภาพสถานศึกษาและชุมชน (Efficacy) เช่น ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน แบ่งปันทรัพยากรในชุมชน</li> <li>- ใช้สายสัมพันธ์ในสถานศึกษา (Connectedness)</li> </ul> <p>10. มีการกำกับ ติดตามให้มีการดำเนินงานตามมาตรการเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อย่างเคร่งครัด</p>	
<b>6. การบริหารการเงิน</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. พิจารณาการใช้งบประมาณของสถานศึกษาสำหรับกิจกรรมการป้องกันการระบาดของโรคโควิด 19 ตามความจำเป็นและเหมาะสม</li> <li>2. จัดหาวัสดุอุปกรณ์ป้องกันโรคโควิด 19 สำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา เช่น หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ สบู่ เป็นต้น</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ประสานงานและแสวงหาแหล่งทุนและการสนับสนุนจากหน่วยงานองค์กรหรือภาคเอกชน เช่น ท้องถิ่น บริษัท ห้างร้าน NGO เป็นต้น เพื่อสนับสนุนกิจกรรมการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในสถานศึกษา</li> <li>2. พิจารณาสรรหาบุคลากรเพิ่มเติมในการดูแลนักเรียนและการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานศึกษา</li> </ol>



การเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Preparing the reopening of schools) หลังจากปิดสถานศึกษาเนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 เป็นสถานการณ์ไม่ปกติ ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน มีความไม่แน่นอน อาจต้องปิดหรือเปิดตามสถานการณ์ สถานศึกษาควรมีการประเมินความพร้อมของตนเอง เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเปิดเรียน ผ่านระบบออนไลน์ของกระทรวงศึกษาธิการ และ THAI STOP COVID กรมอนามัย มีกลไกการตรวจรับรองการประเมินจากหน่วยงานหรือผู้เกี่ยวข้องในพื้นที่ เช่น คณะกรรมการสถานศึกษาหรือหน่วยงานสาธารณสุขในระดับพื้นที่ เป็นต้น แนะนำให้มีการคัดกรองสุขภาพนักเรียนและบุคลากรที่เกี่ยวข้องก่อนเปิดภาคเรียน ตามแบบประเมินตนเองของสถานศึกษา และแบบประเมินตนเองของนักเรียน (ภาคผนวก)



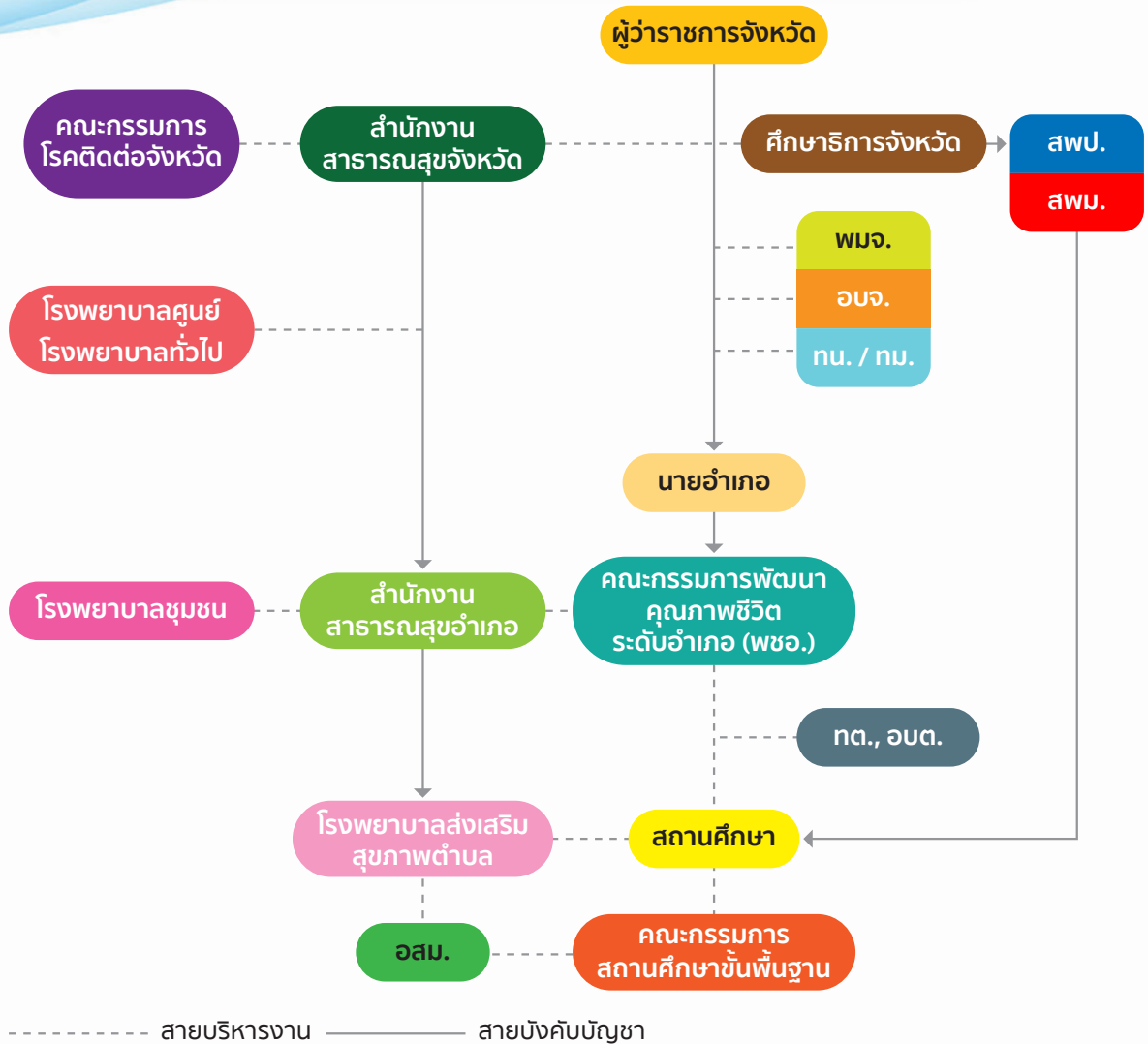
### มาตรการสำหรับการเปิดภาคเรียน



### จุดเน้นหลักถือปฏิบัติในโรงเรียน รองรับสถานการณ์โควิด 19



# แผนผังกลไกการดำเนินงานป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ระดับจังหวัด ในสถานศึกษา

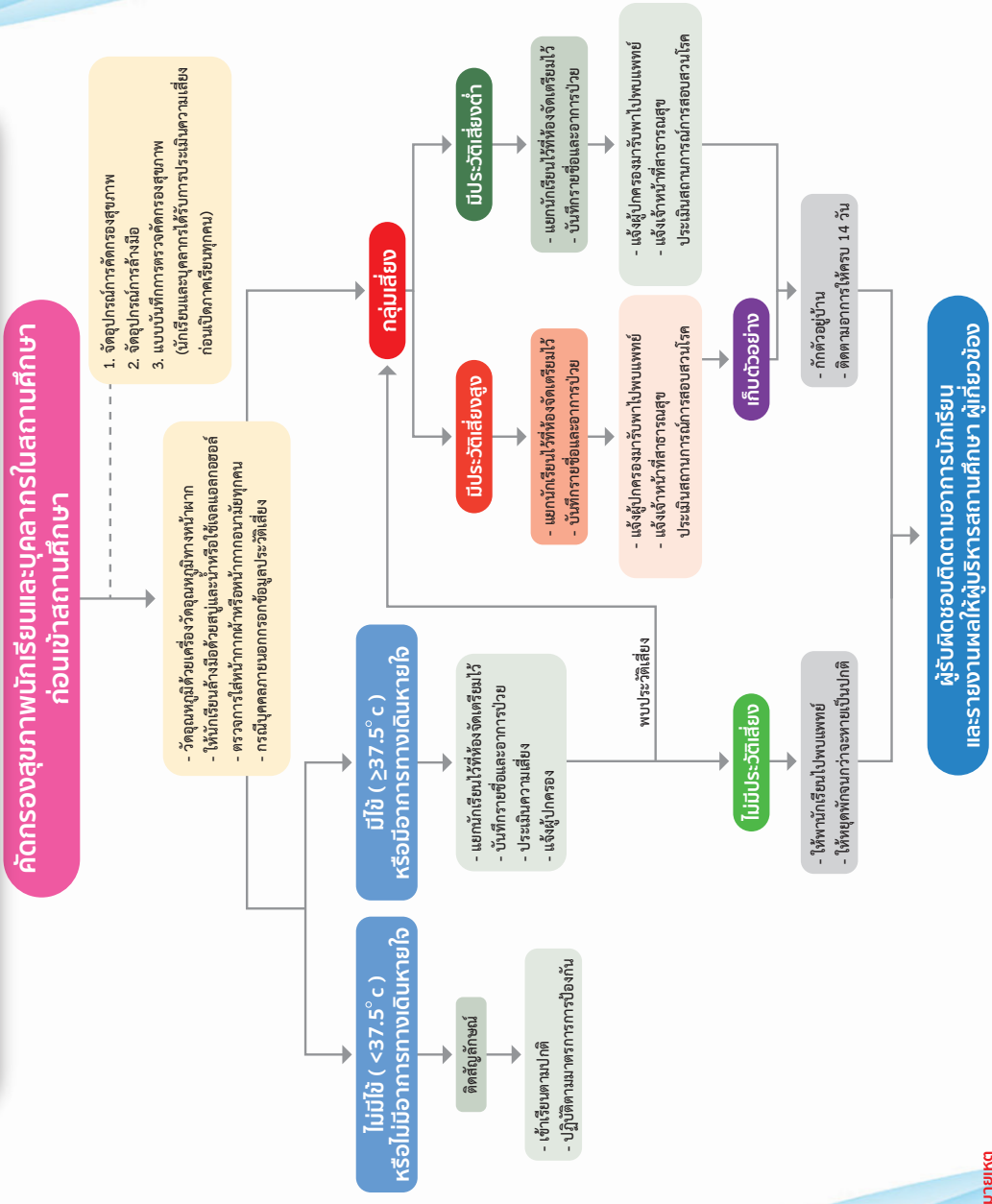


พมจ. - สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด		อบจ. - องค์การบริหารส่วนจังหวัด	
ทน. - เทศบาลนคร	ทม. - เทศบาลเมือง		ทต. - เทศบาลตำบล
อบต. - องค์การบริหารส่วนตำบล		อสม. - อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน	
สพป.- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา		สพม. - สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา	

## บทบาทบุคลากรสาธารณสุขในการดำเนินงานป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา

ส่วนกลาง	เขต/ศูนย์อนามัย	จังหวัด	ระดับพื้นที่ (อำเภอ/ตำบล)
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ ประสานความร่วมมือ</li> <li>▶ กำหนดแนวทาง / มาตรการ</li> <li>▶ จัดทำแนวปฏิบัติ</li> <li>▶ ถ่ายทอดสู่การปฏิบัติ</li> <li>▶ สนับสนุนวิชาการ องค์ความรู้</li> <li>▶ สนับสนุนสื่อการเรียนรู้ ด้านสุขภาพผ่าน Online / ทางไกล กศธ.</li> <li>▶ ติดตามประเมินผล</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ สนับสนุนวิชาการ / สื่อสนับสนุน</li> <li>▶ วางแผน และ ประสานงานหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้อง</li> <li>▶ สนับสนุน ส่งเสริม ติดตามประเมินผล</li> <li>▶ รวบรวมข้อมูล การดำเนินงาน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ ดำเนินงานตาม พรบ. / แนวทาง / มาตรการ</li> <li>▶ จัดทำแผนปฏิบัติการ ใฝ่ระวังป้องกัน ควบคุมโรค</li> <li>▶ ประสาน ชี้แจง หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง</li> <li>▶ เพื่อเตรียมความพร้อม ดำเนินการ</li> <li>▶ สนับสนุนด้านวิชาการ สื่อประชาสัมพันธ์ วัสดุอุปกรณ์</li> <li>▶ วางระบบการคัดกรอง และส่งต่อ</li> <li>▶ ติดตามประเมินผล</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ กำหนดบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ การประสานงานกับ สถานศึกษา</li> <li>▶ การสนับสนุน ด้านวิชาการ ความรู้ คำแนะนำ สื่อประชาสัมพันธ์ และการสาธิต</li> <li>▶ การสนับสนุน และ จัดเตรียมอุปกรณ์</li> <li>▶ ดำเนินการคัดกรอง และส่งต่อ</li> <li>▶ สรุปผลการดำเนินงาน</li> </ul>

# ขั้นตอนการดำเนินงานคัดกรองและส่งต่อนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา ในการป้องกันควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19



**หมายเหตุ**

- ผู้ป่วยไข้สูง: ผู้ที่มีไข้สูงเกิน 38.5 องศาเซลเซียส (High risk contact) หมายถึง ผู้ที่มีไข้สูง ผู้ที่มีไข้สูงร่วมกับมีอาการอื่น ๆ
- ผู้ป่วยร่วมห้อง: ผู้ที่อยู่ร่วมห้อง หรือสัมผัสกับที่จุดกักกัน
- ผู้สัมผัสใกล้ชิด: ผู้ที่อยู่ร่วมกับผู้ป่วยในระยะเวลา 1 เมตร นานกว่า 15 นาที หรือ นานกว่า 15 นาที โดยไม่มีการป้องกัน
- ผู้ที่อยู่ในบริเวณที่ปิดล้อมร่วมกับผู้ป่วย: เช่น ในห้องเรียน อาคาร ในห้องรับประทานอาหาร ร่วมกันผู้เกี่ยวข้องและผู้สูงอายุนานเกิน 1 เมตร นานกว่า 15 นาที โดยไม่มีการป้องกัน

## วิธีการตรวจคัดกรองสุขภาพ

การตรวจคัดกรองสุขภาพเบื้องต้นช่วงสถานการณ์โรคโควิด 19 ในสถานศึกษา ที่สำคัญ ได้แก่ การตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายหรือวัดไข้ การซักประวัติการสัมผัสในพื้นที่เสี่ยง การสังเกตอาการเสี่ยงต่อการติดเชื้อ โดยมีวิธีปฏิบัติที่สำคัญพอสังเขป ดังนี้

### วิธีการตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายหรือวัดไข้

#### มารู้จักเครื่องวัดอุณหภูมิร่างกาย

คนทั่วไปจะมีอุณหภูมิร่างกายอยู่ระหว่าง 36.1 - 37.2 องศาเซลเซียส สำหรับผู้ที่เริ่มมีไข้หรือสงสัยว่าติดเชื้อจะมีอุณหภูมิที่มากกว่า 37.5 องศาเซลเซียส

เครื่องวัดอุณหภูมิร่างกาย มี 4 แบบ ได้แก่

- 1) **เครื่องวัดอุณหภูมิแบบแทงแก้ว** นิยมใช้วัดอุณหภูมิทางปากหรือทางรักแร้ในผู้ใหญ่หรือเด็กโต แต่ไม่เหมาะสมสำหรับใช้ในเด็กเล็ก  
**ข้อดี** : อ่านค่าอุณหภูมิมีความน่าเชื่อถือและมีความถูกต้อง  
**ข้อเสีย** : ใช้เวลาในการวัดนาน ไม่เหมาะสมในการคัดกรองผู้ป่วยจำนวนมาก
- 2) **เครื่องวัดอุณหภูมิแบบดิจิตอล** หน้าจอแสดงผลเป็นแบบตัวเลข ทำให้ง่ายต่อการอ่านค่า เครื่องมือชนิดนี้ นิยมใช้ในการวัดอุณหภูมิทางปากหรือทางรักแร้ในผู้ใหญ่หรือเด็กโต รวมถึงใช้ในการวัดอุณหภูมิทางทวารของเด็กเล็กด้วย  
**ข้อดี** : อ่านค่าอุณหภูมิมีความน่าเชื่อถือและมีความถูกต้อง  
**ข้อเสีย** : ใช้เวลาในการวัดน้อยกว่าแบบแทงแก้ว แต่ยังไม่เหมาะในการใช้ในการคัดกรองคนจำนวนมาก
- 3) **เครื่องวัดอุณหภูมิในช่องหู** ใช้วัดอุณหภูมิความร้อนที่แผ่ออกมาของร่างกายโดยไม่สัมผัสกับอวัยวะที่วัด มีหน้าจอแสดงผลเป็นแบบตัวเลขทำให้ง่ายต่อการอ่านค่า บริเวณปลายมีเซ็นเซอร์วัดรังสีอินฟราเรดที่ร่างกายแผ่ออกมา โดยเครื่องมือได้ออกแบบให้วัดที่บริเวณเยื่อแก้วหู  
**ข้อดี** : อ่านค่าอุณหภูมิได้รวดเร็วเหมาะสมกับการคัดกรองคนจำนวนมาก  
**ข้อควรระวัง** : การปนเปื้อนและติดเชื้อจากทางหูกรณีไม่เปลี่ยนปลอกหุ้ม
- 4) **เครื่องวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก** เป็นเครื่องมือที่พัฒนามาเพื่อลดโอกาสในการติดเชื้อ ใช้วัดอุณหภูมิได้อย่างรวดเร็ว ในการคัดกรองผู้ป่วยจำนวนมาก หน้าจอแสดงผลเป็นแบบตัวเลข บริเวณปลายมีเซ็นเซอร์วัดรังสีอินฟราเรดที่ผิวหนัง โดยเครื่องมือได้ออกแบบให้วัดที่บริเวณหน้าผาก  
**ข้อดี** : อ่านค่าอุณหภูมิได้รวดเร็ว เหมาะสมกับการคัดกรองคนจำนวนมาก  
**ข้อเสีย** : หากใช้งานไม่ถูกต้องตามคำแนะนำ อาจทำให้ค่าที่ได้คลาดเคลื่อน



## วิธีการวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก

### 1. ตั้งค่าการใช้งานเป็นแบบวัดอุณหภูมิร่างกาย (Body Temperature)

เครื่องวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก มี 2 แบบ คือ

- แบบวัดอุณหภูมิพื้นผิว (Surface Temperature) ใช้วัดอุณหภูมิวัตถุทั่วไป เช่น ขวดนม อาหาร
- แบบวัดอุณหภูมิร่างกาย (Body Temperature) ใช้วัดอุณหภูมิผิวหนัง จะแสดงค่าเป็นอุณหภูมิร่างกาย

2. วัดอุณหภูมิ โดยใช้เครื่องวัดอุณหภูมิไปที่บริเวณหน้าผาก ระยะห่างประมาณ 3 เซนติเมตร ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับผลิตภัณฑ์ตามคำแนะนำที่กำหนด แล้วกดปุ่มบันทึกผลการวัด ขณะทำการวัด ไม่ควรสัมผัสมือไปมาบนผิวหนังบริเวณที่ทำการวัด และไม่ควรมีวัตถุอื่นบัง เช่น เส้นผม หมวก หน้ากาก เหงื่อ เป็นต้น

**การอ่านค่าผลการวัด** เมื่อมีสัญญาณเสียงหรือสัญลักษณ์ แสดงว่า ทำการวัดเสร็จ หากอ่านค่าผลไม่ชัดเจน สามารถวัดซ้ำได้ ค่าผลการวัดไม่เท่ากัน ให้ใช้ค่าผลมากที่สุด โดยทั่วไปอุณหภูมิร่างกายปกติอยู่ในช่วงระหว่าง 36.1 - 37.2 องศาเซลเซียส หากตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไปถือว่า มีไข้ ต้องได้รับการตรวจวินิจฉัยต่อไป

### ข้อควรระวัง

- ▶ ศึกษาคู่มือการใช้งานเครื่องวัดอุณหภูมิก่อนการใช้งาน
- ▶ เครื่องวัดอุณหภูมิผิวหนังควรอยู่ในสภาวะแวดล้อมของพื้นที่ก่อนทำการวัดไม่น้อยกว่า 30 นาที เพื่อให้อุณหภูมิของเครื่องวัดเท่ากับอุณหภูมิแวดล้อม
- ▶ ไม่ควรสัมผัสหรือหายใจบนเลนส์ของหัววัด หากมีสิ่งสกปรกบนเลนส์ให้ใช้ผ้านุ่มแห้งหรือสำลีพันก้านไม่ทำความสะอาด ไม่ควรเช็ดด้วยกระดาษทิชชู
- ▶ ผู้รับการตรวจวัดควรอยู่ในบริเวณจุดตรวจวัดอย่างน้อย 5 นาที ก่อนการวัด ไม่ควรออกกำลังกายหรืออาบน้ำ ก่อนตรวจวัดอุณหภูมิเป็นเวลาอย่างน้อย 30 นาที การถือเครื่องวัด อุณหภูมิหน้าผากเป็นเวลานาน มีผลให้อุณหภูมิภายในของเครื่องวัดสูงขึ้น และจะส่งผลการวัดอุณหภูมิร่างกายผิดพลาด
- ▶ อุณหภูมิร่างกายขึ้นอยู่กับการเผาผลาญพลังงานของแต่ละคน เสื้อผ้าที่สวมใส่ขณะทำการวัดอุณหภูมิแวดล้อม กิจกรรมที่ทำ

ผู้ที่มีประวัติไข้หรือวัดอุณหภูมิร่างกายได้ ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นผู้สัมผัสความเสี่ยงหรือเป็นกลุ่มเสี่ยง ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป

## ขั้นตอนการชกประวัติและสังเกตอาการเสี่ยง

โดยสอบถามเกี่ยวกับประวัติการสัมผัสในพื้นที่เสี่ยง พื้นที่ที่มีผู้ป่วยติดเชื้อ หรือพื้นที่ที่มีคนจำนวนมาก และสังเกตอาการเสี่ยงต่อการติดเชื้อหรืออาการทางเดินหายใจ เช่น ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส โดยมีวิธีปฏิบัติ ดังนี้

- 1) จัดตั้งจุดคัดกรองบริเวณทางเข้าของสถานศึกษา พิจารณากำหนดจุดคัดกรองตามความเหมาะสมกับจำนวนนักเรียน โดยยึดหลัก Social distancing
- 2) วัดอุณหภูมิตามคำแนะนำของเครื่องวัดอุณหภูมิตามผลิตภัณฑ์นั้น พร้อมอ่านค่าผลที่ได้ อุณหภูมิมากกว่า 37.5 องศาเซลเซียส ถือว่า มีไข้
- 3) ให้ผู้รับการตรวจคัดกรองล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ
- 4) ตรวจสอบการสวมหน้ากาก (Check mask) ของบุคคลทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษา
- 5) สอบถามและชกประวัติการสัมผัสในพื้นที่เสี่ยง และบันทึกผลลงในแบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพสำหรับนักเรียน บุคลากร หรือผู้มาติดต่อในสถานศึกษา (ภาคผนวก)

**กรณี** วัดอุณหภูมิร่างกายได้ ไม่เกิน 37.5 องศาเซลเซียส และไม่มีอาการทางเดินหายใจ อาทิ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ไม่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า ผ่านการคัดกรอง จะติดสัญลักษณ์หรือสติ๊กเกอร์ ให้เข้าเรียนหรือปฏิบัติงานได้ตามปกติ

**กรณี** วัดอุณหภูมิร่างกาย ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป หรือ มีไข้ ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ อย่างใดอย่างหนึ่ง อาทิ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้ปฏิบัติ ดังนี้

- ▶ แยกนักเรียนไปไว้ที่ห้องแยกซึ่งจัดเตรียมไว้
- ▶ บันทึกรายชื่อและอาการป่วย
- ▶ ประเมินความเสี่ยง
- ▶ แจ้งผู้ปกครอง

หากไม่มีประวัติเสี่ยง ให้พานักเรียนไปพบแพทย์ และให้หยุดพักจนกว่าจะหายเป็นปกติ

หากตรวจพบว่า มีประวัติเสี่ยง และ/หรือมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยันหรือสงสัย มีประวัติเดินทางไปในพื้นที่เสี่ยงหรือพื้นที่เกิดโรค ไปในพื้นที่ที่มีคนแออัดจำนวนมาก ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยง หรือเป็นกลุ่มเสี่ยง โดยจำแนกเป็น กลุ่มเสี่ยงมีประวัติเสี่ยงสูง และกลุ่มเสี่ยงมีประวัติเสี่ยงต่ำ ให้ปฏิบัติ ดังนี้

### กลุ่มเสี่ยงมีประวัติเสี่ยงสูง

- ▶ แยกนักเรียนไปไว้ที่ห้องแยกซึ่งจัดเตรียมไว้
- ▶ บันทึกรายชื่อและอาการป่วย
- ▶ แจ้งผู้ปกครอง ให้มารับนักเรียน แล้วพาไปพบแพทย์
- ▶ แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ประเมินสถานการณ์การสอบสวนโรค
- ▶ ทำความสะอาดจุดเสี่ยงและบริเวณโดยรอบ
- ▶ เก็บตัวอย่าง
- ▶ กักตัวอยู่บ้าน
- ▶ ติดตามอาการให้ครบ 14 วัน
- ▶ รวบรวมข้อมูลและรายงานผลให้ผู้บริหารสถานศึกษา ผู้เกี่ยวข้อง

### กลุ่มเสี่ยงมีประวัติเสี่ยงต่ำ

- ▶ แยกนักเรียนไปไว้ที่ห้องแยกซึ่งจัดเตรียมไว้
- ▶ บันทึกรายชื่อและอาการป่วย
- ▶ แจ้งผู้ปกครอง ให้มารับนักเรียน แล้วพาไปพบแพทย์
- ▶ แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
- ▶ แจ้งท้องถิ่นทำความสะอาด จุดเสี่ยง และบริเวณโดยรอบ
- ▶ ติดตามอาการให้ครบ 14 วัน
- ▶ รวบรวมข้อมูลและรายงานผลให้ผู้บริหารสถานศึกษา ผู้เกี่ยวข้อง

## แนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาระหว่างเปิดภาคเรียน

ผู้ที่มีไข้หรือวัดอุณหภูมิร่างกาย ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ อย่างใดอย่างหนึ่ง อาทิ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นผู้สัมผัสความเสี่ยงหรือเป็นกลุ่มเสี่ยง ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป

### หลักปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา

- 

**1) คัดกรอง (Screening)**  
ผู้ที่เข้ามาในสถานศึกษาทุกคน ต้องได้รับการคัดกรอง วัดอุณหภูมิร่างกาย
- 

**2) สวมหน้ากาก (Mask)**  
ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา
- 

**3) ล้างมือ (Hand Washing)**  
ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ นานอย่างน้อย 20 วินาที หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสบริเวณจุดเสี่ยง รวมทั้งไม่ใช้มือสัมผัส ใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น
- 

**4) เว้นระยะห่าง (Social Distancing)**  
เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร รวมถึงการจัดเว้นระยะห่างของสถานที่
- 

**5) ทำความสะอาด (Cleaning)**  
เปิดประตู หน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียน และบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของโต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน ช่วงพักเที่ยง และหลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิด และรวบรวมขยะออกจากห้องเรียน เพื่อนำไปกำจัดทุกวัน
- 

**6) ลดแออัด (Reducing)**  
ลดระยะเวลาการทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็น หรือเหลือเวลาทำกิจกรรมและหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมรวมตัวกันเป็นกลุ่มลดแออัด

เพื่อให้แนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 เกิดประโยชน์และมีผลกระทบในทางที่ต่อบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา ครู ผู้ดูแลนักเรียน ผู้ปกครอง นักเรียน และแม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ดังนั้น จึงกำหนดให้มีแนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรของสถานศึกษาสำหรับใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติตัวอย่างเคร่งครัด มีดังนี้

## แนวปฏิบัติสำหรับผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา

1. ประกาศนโยบายและแนวปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา
2. จัดตั้งคณะกรรมการดำเนินการควบคุมดูแลและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประกอบด้วย ครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ท้องถิ่น ชุมชน และผู้เกี่ยวข้อง พร้อมบทบาทหน้าที่อย่างชัดเจน
3. ทบทวน ปรับปรุง ซ่อมปฏิบัติตามแผนฉุกเฉินของสถานศึกษาในภาวะที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อ (Emergency operation for infectious disease outbreaks)
4. สื่อสารประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคโควิด 19 เกี่ยวกับนโยบาย มาตรการ แนวปฏิบัติ และการจัดการเรียนการสอนให้แก่ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ผ่านช่องทางสื่อที่เหมาะสม และติดตามข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับโรคโควิด 19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
5. สื่อสารทำความเข้าใจเพื่อลดการรังเกียจและลดการตีตราทางสังคม (Social stigma)
6. มีมาตรการคัดกรองสุขภาพทุกคน บริเวณทางเข้าไปในสถานศึกษา (Point of entry) ให้แก่นักเรียน ครู บุคลากร และผู้มาติดต่อ และจัดให้มีพื้นที่แยก และอุปกรณ์ป้องกัน เช่น หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ รวมถึงเพิ่มช่องทางการสื่อสารระหว่างครู นักเรียน ผู้ปกครอง และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในกรณีที่พบนักเรียนกลุ่มเสี่ยงหรือสงสัย
7. ควรพิจารณาการจัดให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการเรียนการสอนที่มีคุณภาพเหมาะสมตามบริบทอย่างต่อเนื่อง ตรวจสอบติดตาม กรณีนักเรียนขาดเรียน ลาป่วย การปิดสถานศึกษา การจัดให้มีการเรียนทางไกล สื่อออนไลน์ การติดต่อทางโทรศัพท์ Social media โดยติดตามเป็นรายวันหรือสัปดาห์
8. กรณีพบนักเรียน ครู บุคลากร หรือผู้ปกครองอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือผู้ป่วยยืนยันเข้ามาในสถานศึกษา ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อดำเนินการสอบสวนโรคและพิจารณาปิดสถานศึกษา ตามแนวทางของกระทรวงสาธารณสุข
9. มีมาตรการให้นักเรียนได้รับอาหารกลางวันและอาหารเสริมนม ตามสิทธิที่ควรได้รับ กรณีพบอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือกักตัว
10. ควบคุม กำกับ ติดตาม และตรวจสอบการดำเนินงานตามมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษาอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง

## แนวปฏิบัติสำหรับครู ผู้ดูแลนักเรียน

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของเชื้อโรคโควิด 19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้หยุดปฏิบัติงาน และรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด 19 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักตัว ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด
3. แจ้งผู้ปกครองและนักเรียน ให้นำของใช้ส่วนตัวและอุปกรณ์ป้องกันมาใช้เป็นของตนเอง พร้อมใช้ เช่น ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เป็นต้น
4. สื่อสารความรู้คำแนะนำหรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายโรคโควิด 19 ให้แก่นักเรียน เช่น สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง การสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย คำแนะนำการปฏิบัติตัว การเว้นระยะห่างทางสังคม การทำความสะอาด หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมร่วมกันจำนวนมากเพื่อลดความแออัด
5. ทำความสะอาดสื่อการเรียนการสอนหรืออุปกรณ์ของใช้ร่วมที่เป็นจุดสัมผัสเสี่ยง ทุกครั้งหลังใช้งาน
6. ควบคุมดูแลการจัดที่นั่งในห้องเรียน ระหว่างโต๊ะเรียน ที่นั่งในโรงอาหาร การจัดเว้นระยะห่าง ระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 - 2 เมตร หรือเหลื่อมเวลาพักกินอาหารกลางวัน และกำกับให้นักเรียน สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลา และล้างมือบ่อย ๆ
7. ตรวจสอบ กำกับ ติดตามการมาเรียนของนักเรียนขาดเรียน ถูกกักตัว หรืออยู่ในกลุ่มเสี่ยงต่อการติดโรคโควิด 19 และรายงานต่อผู้บริหาร
8. ทำการตรวจคัดกรองสุขภาพทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษาในตอนเช้า ให้กับนักเรียน ครู บุคลากร และผู้มาติดต่อ โดยใช้เครื่องวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก พร้อมสังเกตอาการและสอบถามอาการของระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส โดยติดสัญลักษณ์สติ๊กเกอร์หรือตราป้อม แสดงให้เห็นชัดเจนว่า ผ่านการคัดกรองแล้ว
  - ▶ กรณีพบนักเรียนหรือผู้มีอาการมีไข้ อุณหภูมิร่างกายตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ร่วมกับอาการระบบทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง จัดให้อยู่ในพื้นที่แยกส่วน ให้รีบแจ้งผู้ปกครองมารับและพาไปพบแพทย์ ให้หยุดพักที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ พร้อมแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อประเมินสถานการณ์และดำเนินการสอบสวนโรค และแจ้งผู้บริหารเพื่อพิจารณาการปิดสถานศึกษาตามแนวทางของกระทรวงสาธารณสุข
  - ▶ บันทึกผลการคัดกรองและส่งต่อประวัติการป่วย ตามแบบบันทึกการตรวจสุขภาพ
  - ▶ จัดอุปกรณ์การล้างมือ พร้อมใช้งานอย่างเพียงพอ เช่น เจลแอลกอฮอล์วางไว้บริเวณทางเข้า สบู่ล้างมือบริเวณอ่างล้างมือ

9. กรณีครูสังเกตพบนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรม เช่น เด็กสมาธิสั้น เด็กที่มีความวิตกกังวลสูง อาจมีพฤติกรรม ดุดันหรือก่อกวน ครูสามารถติดตามอาการและนำเข้าข้อมูลที่สังเกตพบในฐานข้อมูล ด้านพฤติกรรมอารมณ์ สังคมของนักเรียน (หรือฐานข้อมูล HERO) เพื่อให้เกิดการดูแลช่วยเหลือร่วมกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตต่อไป
10. วิธีการปรับพฤติกรรมสำหรับนักเรียนที่ไม่ร่วมมือปฏิบัติตามมาตรการที่ครูกำหนด ด้วยการแก้ปัญหา การเรียนรู้ใหม่ให้ถูกต้อง นั่นคือ “สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์” หรือ “ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์”
11. ครูสื่อสารความรู้เกี่ยวกับความเครียด ว่าเป็นปฏิกิริยาปกติที่เกิดขึ้นได้ในภาวะวิกฤติที่มีการแพร่ระบาดของ โควิด 19 และนำกระบวนการ การจัดการความเครียด การฝึกสติให้กลมกลืนและเหมาะสมกับ นักเรียนแต่ละวัย ร่วมกับการฝึกทักษะชีวิตที่เสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) ให้กับนักเรียน ได้แก่ ทักษะชีวิตด้านอารมณ์ สังคม และความคิด เป็นต้น
12. ครูสังเกตอารมณ์ความเครียดของตัวเอง เนื่องจากภาระหน้าที่การดูแลนักเรียนจำนวนมาก และ ก้ากับให้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันการติดโรคโควิด 19 เป็นบทบาทสำคัญ อาจจะสร้างความเครียด วิตกกังวล ทั้งจากการเฝ้าระวังนักเรียน และการป้องกันตัวเองจากการสัมผัสกับเชื้อโรค ดังนั้น เมื่อครูมีความเครียด จากสาเหตุต่าง ๆ มีข้อเสนอแนะ ดังนี้
  - 1) ความสับสนมาตรการของสถานศึกษาที่ไม่กระจ่างชัดเจน แนะนำให้สอบถามกับผู้บริหาร หรือเพื่อน ร่วมงาน เพื่อให้เข้าใจบทบาทหน้าที่และข้อปฏิบัติที่ตรงกัน
  - 2) ความวิตกกังวล กลัวการติดเชื้อในสถานศึกษา พุดคุยสื่อสารถึงความไม่สบายใจ ร้องขอสิ่งจำเป็น สำหรับการเรียนการสอนที่เพียงพอต่อการป้องกันการติดโรคโควิด 19 เช่น สถานที่สื่อการสอน กระบวนการเรียนรู้ การส่งงานหรือตรวจการบ้าน เป็นต้น หากท่านเป็นกลุ่มเสี่ยง มีโรคประจำตัว สามารถเข้าสู่แนวทางดูแลบุคลากรของสถานศึกษา
  - 3) จัดให้มีการจัดการความเครียด การฝึกสติ เป็นกิจวัตรก่อนเริ่มการเรียนการสอน เพื่อลดความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์ที่ตึงเครียดนี้



## แนวปฏิบัติสำหรับนักเรียน

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด 19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ริมฝีปากหรือผู้ปกครองให้พาไปพบแพทย์ กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด 19 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักตัว ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด
3. มีและใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า หน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย และทำความสะอาดหรือเก็บให้เรียบร้อย ทุกครั้งหลังใช้งาน
4. สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา
5. หมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยวิธีล้างมือ 7 ขั้นตอน อย่างน้อย 20 วินาที ก่อนกินอาหาร หลังใช้ส้วม หลีกเลียงใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น รวมถึงสร้างสุขนิสัยที่ดี หลังเล่นกับเพื่อน เมื่อกลับมาถึงบ้าน ต้องรีบอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันที
6. เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ในการทำกิจกรรมระหว่างเรียน ช่วงพัก และหลังเลิกเรียน เช่น นั่งกินอาหาร เล่นกับเพื่อน เข้าแถวต่อคิว ระหว่างเดินทางอยู่บนรถ
7. หลีกเลียงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชนที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด 19
8. กรณีนักเรียนดื่มน้ำบรรจุขวด ควรแยกเฉพาะตนเอง และทำเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์เฉพาะ ไม่ให้ปะปนกับของคนอื่น
9. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินอาหารปรุงสุก ร้อน สะอาด อาหารครบ 5 หมู่ และผัก ผลไม้ 5 สี เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ควรเสริมอาหารเข้าจากบ้าน หรือให้ผู้ปกครองจัดเตรียมอาหารกล่อง (Box set) กินที่โรงเรียนแทน รวมถึงออกกำลังกาย อย่างน้อย 60 นาที ทุกวัน และนอนหลับอย่างเพียงพอ 9 - 11 ชั่วโมงต่อวัน
10. กรณีนักเรียนขาดเรียนหรือถูกกักตัว ควรติดตามความคืบหน้าการเรียนอย่างสม่ำเสมอ ปรึกษาครู เช่น การเรียนการสอน สื่อออนไลน์ อ่านหนังสือ ทบทวนบทเรียน และทำแบบฝึกหัดที่บ้าน
11. หลีกเลียงการล้อเลียนความผิดปกติหรืออาการไม่สบายของเพื่อน เนื่องจากอาจจะก่อให้เกิดความหวาดกลัว มากเกินไปต่อการป่วยหรือการติดโรคโควิด 19 และเกิดการแบ่งแยกกีดกันในหมู่ผู้เรียน

## บทบาทหน้าที่ของนักเรียนแกนนำด้านสุขภาพ

นักเรียนที่มีจิตอาสา เป็นอาสาสมัครช่วยเหลือสุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือดูแลรุ่นน้องด้วย เช่น สภานักเรียน เด็กไทยทำได้ อัย.น้อย ยูวอาสาสมัครสาธารณสุข (ยูว อสม.)

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด 19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

2. ช่วยครูตรวจคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคนที่มาเรียนในตอนเช้า บริเวณทางเข้า โดยมีครูดูแลให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด เน้นการจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 – 2 เมตร

3. ตรวจสอบความเรียบร้อยของนักเรียนทุกคนที่มาเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย หากพบนักเรียนไม่ได้สวม ให้แจ้งครู ผู้รับผิดชอบ เพื่อจัดหาหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยสำรองให้

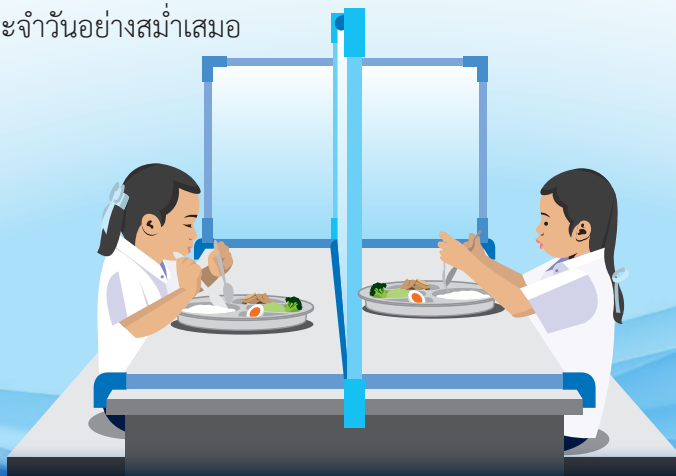
4. ฝ้าระวังสังเกตอาการของนักเรียน หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้รีบแจ้งครูทันที

5. จัดกิจกรรมสื่อสารให้ความรู้คำแนะนำการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายโรคโควิด 19 แก่เพื่อนนักเรียน เช่น สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้อง การทำหน้ากากผ้า การสวมหน้ากาก การถอดหน้ากากผ้า กรณีเก็บไว้ใช้ต่อ การทำความสะอาดหน้ากากผ้า การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล จัดทำป้ายแนะนำต่าง ๆ

6. ตรวจสอบอุปกรณ์ของใช้ส่วนตัวของเพื่อนนักเรียนและรุ่นน้อง ให้พร้อมใช้งาน เน้นไม่ใช่ร่วมกับผู้อื่น เช่น จาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือของตนเอง

7. จัดเวรทำความสะอาดห้องเรียน ห้องเรียนร่วม และบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยงทุกวัน เช่น ลูกบิดประตู กลอนประตู ราวบันได สนามเด็กเล่น อุปกรณ์กีฬา เครื่องดนตรี คอมพิวเตอร์

8. เป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคโควิด 19 ด้วยการสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อย ๆ กินอาหารใช้จาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำของตนเอง การเว้นระยะห่าง เป็นต้น โดยถือปฏิบัติเป็นสุขนิสัยยกวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ



## แนวปฏิบัติสำหรับผู้ปกครอง

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรค จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. สังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้รีบพาไปพบแพทย์ ควรแยกเด็กไม่ให้ไปเล่นกับคนอื่น ให้พักผ่อนอยู่ที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด 19 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยง อยู่ในช่วงกักตัว ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด
3. จัดหาของใช้ส่วนตัวให้บุตรหลานอย่างเพียงพอในแต่ละวัน ทำความสะอาดทุกวัน เช่น หน้ากากผ้า ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว
4. จัดหาสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ และกำกับดูแลบุตรหลานให้ล้างมือบ่อย ๆ ก่อนกินอาหาร และ หลังใช้ส้วม หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และสร้างสุขนิสัยที่ดี หลังเล่นกับเพื่อน และ เมื่อกลับมาถึงบ้าน ควรอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนชุดเสื้อผ้าใหม่ทันที
5. หลีกเลี่ยงการพาบุตรหลานไปในสถานเสี่ยงต่อการติดโรคโควิด 19 สถานที่แออัดที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก หากจำเป็นต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยวิธีการ 7 ขั้นตอน ด้วยสบู่และน้ำ นาน 20 วินาที (ให้นักเรียนร้องเพลงแฮปปี้เบิร์ดเดย์ 2 ครั้ง พร้อมกับล้างมือ) หรือใช้เจลแอลกอฮอล์
6. ดูแลสุขภาพบุตรหลาน จัดเตรียมอาหารปรุงสุก ใหม่ ส่งเสริมให้กินอาหารร้อน สะอาด อาหารครบ 5 หมู่ และผักผลไม้ 5 สี และควรจัดอาหารกล่อง (Box set) ให้แก่นักเรียนในช่วงเช้าแทนการซื้อจากโรงเรียน (กรณีที่ไม่ได้กินอาหารเช้าจากที่บ้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ออกกำลังกาย อย่างน้อย 60 นาทีทุกวัน และนอนหลับอย่างเพียงพอ 9 - 11 ชั่วโมงต่อวัน
7. กรณีมีการจัดการเรียนการสอนทางไกล ออนไลน์ ผู้ปกครองควรให้ความร่วมมือกับครูในการดูแล จัดการเรียนการสอนแก่นักเรียน เช่น การส่งการบ้าน การร่วมทำกิจกรรม เป็นต้น



## แนวปฏิบัติสำหรับแม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร และผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรค จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้หยุดปฏิบัติงานและรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด 19 หรือ กลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักตัว ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข อย่างเคร่งครัด
3. ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ ก่อน – หลังปรุงและประกอบอาหาร ขณะจำหน่ายอาหาร หลังสัมผัสสิ่งสกปรก เมื่อจับเหรียญหรือธนบัตร หลังใช้ส้วม ควรล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือใช้เจลแอลกอฮอล์ และหลีกเลี่ยง การใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น
4. ขณะปฏิบัติงานของผู้สัมผัสอาหาร ต้องสวมหมวกคลุมผม ผ้ากันเปื้อน ถุงมือ สวมหน้ากากผ้า หรือ หน้ากากอนามัย และปฏิบัติตามสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง
5. ปกปิดอาหาร ใส่ถุงมือและใช้ที่คีบหยิบจับอาหาร ห้ามใช้มือหยิบจับอาหารพร้อมกันโดยตรง และจัดให้แยกกัน กรณีร้านอาหารสำเร็จรูปพร้อมกิน ไม่ควรมือสัมผัสลงไปในถุงบรรจุอาหารก่อนตักอาหาร
6. จัดเตรียมเมนูอาหารให้ครบ 5 หมู่ และผักผลไม้ 5 สี เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ปรุงสุกใหม่ ให้นักเรียนกิน ภายในเวลา 2 ชั่วโมง หากเกินเวลาดังกล่าว ให้นำอาหารไปอุ่นจนร้อนจัดหรือเดือด แล้วนำมาเสิร์ฟใหม่ กรณีที่ไม่สามารถจัดเหลือมเวลาสำหรับเด็กในมือกลางวัน ให้เตรียมอาหารกล่อง (Box set) แทน และรับประทานที่ได้ะเรียน
7. จัดเตรียมกระดาษสำหรับสั่งรายการอาหาร หรือช่องทางสื่อสารอื่น ๆ เพื่อลดการพูดคุยและสัมผัส
8. ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ต้องใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเอง เช่น สวมหน้ากากผ้า หรือ หน้ากากอนามัย สวมถุงมือยาง ผ้ายางกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง
9. การเก็บขยะ ควรใช้ปากคีบตักขยะใส่ถุงขยะ ปิดปากถุงให้มิดชิด และนำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ
10. เมื่อปฏิบัติงานเสร็จทุกครั้ง ต้องล้างมือบ่อย ๆ และเมื่อกลับมาถึงบ้าน ควรอาบน้ำ สระผม เปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันที



## คำแนะนำในการทำความสะอาด

1. จัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาดอย่างเพียงพอ ได้แก่ น้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยาฟอกขาว อุปกรณ์การตวง ถูขยี้ะ ถังน้ำ ไม้ถูพื้น ผ้าเช็ดทำความสะอาด อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน อาทิ ถุงมือ หน้ากากผ้า เสื้อผ้าที่จะนำมาเปลี่ยนหลังทำความสะอาด
2. เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดพื้นผิวที่เหมาะสม
  - ก. กรณีสิ่งของอุปกรณ์เครื่องใช้ แนะนำให้ใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% ในการเช็ดทำความสะอาด
  - ข. กรณีเป็นพื้นที่มีขนาดใหญ่ เช่น พื้นห้อง แนะนำให้ใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ 0.1% (น้ำยาซักผ้าขาว) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5%
  - ค. ตรวจสอบคุณลักษณะของน้ำยาทำความสะอาดบนฉลากข้างขวดผลิตภัณฑ์ วันหมดอายุ รวมถึงพิจารณาการเลือกใช้น้ำยา ขึ้นอยู่กับชนิดพื้นผิววัสดุ เช่น โลหะ ผนัง พลาสติก
3. เตรียมน้ำยาทำความสะอาดเพื่อฆ่าเชื้อ ขึ้นอยู่กับชนิดและความเข้มข้นของสารที่เลือกใช้ โดยแนะนำให้เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (รู้จักกันในชื่อ “น้ำยาฟอกขาว”) เนื่องจากหาซื้อได้ง่าย โดยนำมาผสมกับน้ำ เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 0.1% หรือ 1000 ส่วนในล้านส่วน ดังนี้
  - กรณี ผลิตภัณฑ์ มีความเข้มข้น 2.54% ให้ผสม 40 มิลลิลิตร (2.8 ช้อนโต๊ะ) : น้ำ 1 ลิตร
  - กรณี ผลิตภัณฑ์ มีความเข้มข้น 5.7% ให้ผสม 18 มิลลิลิตร (1.2 ช้อนโต๊ะ) : น้ำ 1 ลิตร
  - กรณี ผลิตภัณฑ์ มีความเข้มข้น 5% ให้ผสม 20 มิลลิลิตร (1.3 ช้อนโต๊ะ) : น้ำ 1 ลิตร
  - กรณี ผลิตภัณฑ์ มีความเข้มข้น 6% ให้ผสม 17 มิลลิลิตร (1.1 ช้อนโต๊ะ) : น้ำ 1 ลิตร
 หรืออาจใช้ผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ โดยนำมาผสมกับน้ำ เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 0.5% หรือ 5,000 ส่วนในล้านส่วน ดังนี้
  - กรณี ผลิตภัณฑ์ มีความเข้มข้น 5% ให้ผสม 110 มิลลิลิตร (7.5 ช้อนโต๊ะ) : น้ำ 1 ลิตร
  - กรณี ผลิตภัณฑ์ มีความเข้มข้น 3% ให้ผสม 200 มิลลิลิตร (13.5 ช้อนโต๊ะ) : น้ำ 1 ลิตร
4. สื่อสารให้ความรู้ขั้นตอนการทำความสะอาดที่ถูกต้องเหมาะสม รวมทั้งแนะนำสุนามัยในการดูแลตนเองกับผู้ปฏิบัติงาน
  - ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ ก่อน – หลัง ทำความสะอาดทุกครั้ง
  - สวมอุปกรณ์ป้องกันตัวเองทุกครั้ง เมื่อต้องทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ
  - เปิดประตูหน้าต่าง ขณะทำความสะอาด เพื่อให้มีการระบายอากาศ
  - หากพื้นผิวสกปรก ควรทำความสะอาดเบื้องต้นก่อน เช่น นำผ้าชุบน้ำเช็ดบริเวณที่มีฝุ่นหรือคราบสกปรก ก่อนที่จะใช้น้ำยาทำความสะอาดเพื่อฆ่าเชื้อ

- ควรทำความสะอาดและฆ่าเชื้อทั่วทั้งบริเวณก่อน – หลัง ใช้งานทุกครั้ง และเน้นบริเวณที่มีการสัมผัสหรือใช้งานร่วมกันบ่อย ๆ เช่น ลูกบิดประตู รีโมทคอนโทรล ปุ่มกดลิฟท์ ซึ่งเป็นพื้นผิวขนาดเล็ก โดยนำผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดชุบน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 หรือใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือ ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% เช็ดทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ

- สำหรับพื้น ใช้ไม้ถูพื้นชุบน้ำยาฆ่าเชื้อที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 เริ่มถูพื้นจากมุมหนึ่งไปยังอีกมุมหนึ่ง ไม่ซ้ำรอยเดิม โดยเริ่มจากบริเวณที่สกปรกน้อยไปมาก

- การทำความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป พื้นห้องส้วมให้ฆ่าเชื้อโดยราดน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 ทิ้งไว้อย่างน้อย 10 นาที เช็ดเน้นบริเวณที่รองนั่งโถส้วม ฝา ปิดโถส้วม ที่กดชักโครก สายชำระ ราวจับ ลูกบิดหรือกลอนประตู ที่แขวนกระดาษชำระ อ่างล้างมือ ชันน้ำ ก๊อกน้ำ ที่วางสบู่ ผนัง ซอกประตู ด้วยผ้าชุบน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 หรือใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือ ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5%

- หลังทำความสะอาด ควรซักผ้าเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อแล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งแดดให้แห้ง

- ถอดถุงมือแล้ว ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ ควรชำระล้างร่างกายและเปลี่ยนเสื้อผ้าโดยเร็วหรือรีบกลับบ้าน อาบน้ำให้สะอาดทันที

- บรรจุภัณฑ์ใส่น้ำยาทำความสะอาด ควรคัดแยกออกจากขยะทั่วไป และทิ้งในถังขยะอันตราย ส่วนขยะอื่น ๆ เช่น หน้ากากอนามัย ถุงมือ รวบรวมและทิ้งขยะลงในถุงพลาสติกถุงขยะ ซ้อนสองชั้นมัดปากถุงให้แน่นและนำไปทิ้งทันที โดยทิ้งรวมกับขยะทั่วไป

#### 5. ข้อควรระวัง

- สารที่ฆ่าเชื้อ ส่วนใหญ่เป็นชนิดสารฟอกขาว อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เนื้อเยื่อ
- ไม่ควรผสมน้ำยาฟอกขาวกับสารทำความสะอาดอื่นที่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย
- หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค
- ไม่ควรนำถุงมือไปใช้ในการทำกิจกรรมประเภทอื่น ๆ ใช้เฉพาะการทำความสะอาดเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ
- หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำความสะอาด



## รายการน้ำยาฆ่าเชื้อในการทำความสะอาดจำแนกตามลักษณะพื้นผิว

ลักษณะพื้นผิว	ชนิดสารฆ่าเชื้อ	ความเข้มข้นที่ฆ่าเชื้อ	ระยะเวลาที่ฆ่าเชื้อ	วิธีเตรียมการ
<ul style="list-style-type: none"> <li>- พื้นผิวทั่วไป พื้นผิวที่เป็นโลหะ</li> <li>- สิ่งของ อุปกรณ์ พื้นที่ย่านเล็ก เช่น ลูกบิดประตู</li> </ul>	แอลกอฮอล์ (เอทานอล หรือ เอทิลแอลกอฮอล์)	70%	10 นาที	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- พื้นผิวที่เป็นวัสดุแข็ง ไม่มีรูพรุน เช่น พื้นกระเบื้อง เซรามิก สแตนเลส แต่ไม่เหมาะกับพื้นผิวโลหะ</li> </ul>	โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (เช่น น้ำยาฟอกขาว)	0.1%	5 - 10 นาที	ผสม 1 ส่วน ต่อน้ำ 49 ส่วน (เช่น 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 1 ลิตร) ภาชนะผลิตภัณฑ์ที่ใช้มีความเข้มข้น 6%)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- พื้นผิวทั่วไป (ไม่ใช่โลหะหรือผลิตภัณฑ์ที่มีการเคลือบสี)</li> </ul>	ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์	0.5%	1 นาที	ผสม 1 ส่วน ต่อน้ำ 5 ส่วน (เช่น 13 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 1 ลิตร) ภาชนะผลิตภัณฑ์ที่ใช้มีความเข้มข้น 3%)

## แนวปฏิบัติด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

สถานศึกษาเป็นสถานที่ที่มีคนอยู่รวมกันจำนวนมาก ทั้งนักเรียน ครู ผู้ปกครอง บุคลากร ผู้มาติดต่อ และผู้ประกอบการร้านค้า กรณีที่นักเรียนต้องทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ทำให้มีโอกาสใกล้ชิดกันมาก ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้ง่าย จึงมีแนวปฏิบัติการจัดอาคารสถานที่ ดังนี้

### 1. ห้องเรียน ห้องเรียนรวม เช่น ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องดนตรี

1) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ควรคำนึงถึงสภาพบริบทและขนาดพื้นที่ และจัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน กรณีห้องเรียนไม่เพียงพอในการจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลควรจัดให้มีการสลับวันเรียนแต่ละชั้นเรียน การแบ่งจำนวนนักเรียน หรือการใช้พื้นที่ใช้สอยบริเวณสถานศึกษา ตามความเหมาะสม ทั้งนี้อาจพิจารณาวิธีปฏิบัติอื่นตามบริบทความเหมาะสม โดยยึดหลัก Social distancing

2) จัดให้มีการเหลื่อมเวลาเรียน การเรียนกลุ่มย่อย หรือวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมตามบริบทสถานการณ์ และเน้นให้นักเรียนสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยขณะเรียนตลอดเวลา

3) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง กรณีใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ ควรเปิดประตู หน้าต่างให้ระบายอากาศ และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

4) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับนักเรียนและครู ใช้ประจำทุกห้องเรียนอย่างเพียงพอ

5) ให้มีการทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ และจุดสัมผัสเสี่ยง เช่น ลูกบิดประตู เครื่องเล่นของใช้ร่วมทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง เช้าก่อนเรียนและพักเที่ยง หรือกรณีมีการย้ายห้องเรียน ต้องทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง

### 2. ห้องสมุด

1) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร และจัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน

2) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง กรณีใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ ควรเปิดประตู หน้าต่างให้ระบายอากาศ และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

3) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครู บรรณารักษ์ นักเรียน และผู้ใช้บริการบริเวณทางเข้าด้านหน้า และภายในห้องสมุดอย่างเพียงพอ

4) ให้มีการทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ และจุดสัมผัสเสี่ยง เช่น ลูกบิดประตู ชั้นวางหนังสือทุกวัน ๆ ละ 2 ครั้ง อาทิ เช้าก่อนให้บริการ พักเที่ยง

5) การจำกัดจำนวนคนจำกัดเวลาในการเข้าใช้บริการห้องสมุด และให้นักเรียนและผู้ใช้บริการทุกคนสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยขณะใช้บริการห้องสมุดตลอดเวลา



### 3. ห้องประชุม หอประชุม

- 1) จัดให้มีการคัดกรองตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนเข้าห้องประชุม หอประชุม หากพบผู้มีอาการไข้ ไอ มีน้ำ เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส แจ้งพร้อมประชุมและแนะนำให้ไปพบแพทย์ทันที
- 2) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1 - 2 เมตร และจัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน
- 3) ผู้เข้าประชุมทุกคนสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยขณะประชุมตลอดเวลา
- 4) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับผู้เข้าประชุม บริเวณทางเข้าภายในอาคาร หอประชุม บริเวณทางเข้าด้านหน้าและด้านในของห้องประชุม อย่างเพียงพอและทั่วถึง
- 5) จัดหรือหลีกเลี่ยงการให้บริการอาหารและเครื่องดื่มภายในห้องประชุม
- 6) ให้มีการทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ และจุดสัมผัสเสี่ยงร่วม เช่น ลูกบิดประตู รีโมท อุปกรณ์สื่อ ก่อนและหลังใช้ห้องประชุมทุกครั้ง
- 7) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง ก่อนและหลังใช้ห้องประชุมทุกครั้ง ควรใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ ควรเปิดประตู หน้าต่างให้ระบายอากาศ และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

### 4. โรงยิม สนามกีฬา

- 1) จัดพื้นที่ทำกิจกรรมและเล่นกีฬา ลดความแออัด อาจจัดให้เล่นกีฬาเป็นรอบ หรือให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- 2) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับนักกีฬาและผู้มาใช้บริการ บริเวณทางเข้า และบริเวณด้านในอาคารอย่างเพียงพอและทั่วถึง
- 3) ทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องเล่นแต่ละชนิด ก่อนหรือหลังเล่นทุกวัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง
- 4) จัดให้มีการระบายอากาศ ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง เปิดพัดลม
- 5) จำกัดจำนวนคนจำนวนเวลาในการเล่นกีฬาหรือกิจกรรมภายในอาคารโรงยิมหรือสนามกีฬา
- 6) หลีกเลี่ยงการจัดกิจกรรมหรือเล่นกีฬาประเภทแข่งขันเป็นทีมหรือมีการปะทะกันอย่างรุนแรง เช่น วอลเลย์บอล ฟุตบอล ฟุตซอล บาสเกตบอล เป็นต้น

### 5. สถานที่แปร่งฟัน

สถานศึกษาส่งเสริมให้มีกิจกรรมแปร่งฟันหลังอาหารกลางวันอย่างถูกต้องเหมาะสมตามสถานการณ์ และบริบทพื้นที่หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม ควรจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลในการแปร่งฟัน และให้มีอุปกรณ์การแปร่งฟันส่วนบุคคล ดังนี้

#### 5.1 การจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์การแปร่งฟัน

##### แปร่งสีฟัน

- 1) นักเรียนทุกคนมีแปร่งสีฟันเป็นของตนเอง ห้ามใช้แปร่งสีฟันและยาสีฟันร่วมกัน
- 2) ทำสัญลักษณ์หรือเขียนชื่อบนแปร่งสีฟันของแต่ละคน เพื่อให้รู้ว่าเป็นแปร่งสีฟันของใคร ป้องกันการหยิบของผู้อื่นไปใช้

- 3) ควรเปลี่ยนแปลงสีฟันให้นักเรียน ทุก 3 เดือน เมื่อแปรงสีฟันเสื่อมคุณภาพ โดยสังเกต ดังนี้
  - บริเวณหัวแปรงสีฟันมีคราบสกปรกติดค้างล้างได้ยาก
  - ขนแปรงสีฟันบานแสดงว่าขนแปรงเสื่อมคุณภาพใช้แปรงฟันได้ไม่สะอาดและอาจระแทกเหงือกให้เป็นแผลได้

**ยาสีฟัน** ให้นักเรียนทุกคนมียาสีฟันเป็นของตนเอง และเลือกใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ซึ่งมีปริมาณฟลูออไรด์ 1,000-1,500 ppm. (มิลลิกรัม/ลิตร) เพื่อป้องกันฟันผุ

**แก้วน้ำ** จัดให้นักเรียนทุกคนมีแก้วน้ำส่วนตัวเป็นของตนเอง จำนวน 2 ใบ

**ผ้าเช็ดหน้าส่วนตัว** สำหรับใช้เช็ดทำความสะอาดบริเวณใบหน้า ควรซักและเปลี่ยนใหม่ทุกวัน

### 5.2 การเก็บอุปกรณ์แปรงสีฟัน

- 1) เก็บแปรงสีฟันในบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ไม่อับชื้น และปลอดภัยจากแมลง
  - 2) จัดทำที่เก็บแปรงสีฟัน แก้วน้ำ โดยเก็บของนักเรียนแต่ละคนแยกจากกัน ไม่ปะปนกัน
- เว้นที่ให้มีระยะห่างเพียงพอที่จะไม่ให้แปรงสีฟันสัมผัสกัน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และควรวางหัวของแปรงสีฟันตั้งขึ้น เพื่อป้องกันไม่ให้น้ำที่ค้างตามด้ามแปรงสีฟัน หยดลงใส่หัวแปรงสีฟัน

### 5.3 การจัดกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน

ครูประจำชั้นดูแลและจัดให้มีกิจกรรมการแปรงฟันในห้องเรียน ให้นักเรียนทุกคนแปรงฟันหลังอาหารกลางวันทุกวันอย่างสม่ำเสมอ โดยหลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างในการแปรงฟัน โดย

- 1) ให้นักเรียนแปรงฟันในห้องเรียน โดยนั่งที่โต๊ะเรียน เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของน้ำลาย ละอองน้ำ หรือ เชื้อโรคสู่ผู้อื่น กรณีห้องเรียนแออัด ให้เหลื่อมเวลาในการแปรงฟัน
- 2) ก่อนการแปรงฟันทุกครั้ง ให้ล้างมือด้วยสบู่และน้ำเสมอ เป็นเวลาอย่างน้อย 20 วินาที หรือ เจลแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้น 70% หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- 3) ครูประจำชั้นเทน้ำให้นักเรียนใส่แก้วน้ำใบที่ 1 ประมาณ 1/3 แก้ว (ประมาณ 15 ml.)
- 4) นักเรียนนั่งที่โต๊ะเรียน แปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ครอบคลุมทุกซี่ทุกด้าน นานอย่างน้อย 2 นาที เมื่อแปรงฟันเสร็จแล้ว ให้นำยาสีฟันและน้ำสะอาดลงในแก้วน้ำใบที่ 2 เช็ดปากให้เรียบร้อย
- 5) นักเรียนทุกคนนำน้ำที่ใส่แล้ว จากแก้วใบที่ 2 เทรวมใส่ภาชนะที่เตรียมไว้ และให้ครูประจำชั้นนำไปเททิ้งในที่ระบายน้ำของสถานศึกษา ห้ามเทลงพื้นดิน
- 6) นักเรียนนำแปรงสีฟันและแก้วน้ำไปล้างทำความสะอาด และนำกลับมาเก็บให้เรียบร้อย หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- 7) มีการตรวจความสะอาดฟันหลังการแปรงฟันด้วยตนเองทุกวัน โดยอาจมีกระจกของตัวเอง ในการตรวจดูความสะอาด เสริมด้วยกิจกรรม การย้อมสีฟัน อย่างน้อยภาคเรียนละ 2 ครั้ง



## 6. สระว่ายน้ำ

หลีกเลี่ยงหรืองดการจัดการเรียนการสอนในสระว่ายน้ำ กรณีรัฐบาลมีการผ่อนปรนมาตรการควบคุมโรคให้สามารถใช้สระว่ายน้ำได้ ควรปฏิบัติ ดังนี้

- 1) ให้มีการคัดกรองเบื้องต้นหรือเฝ้าระวังมิให้ผู้มีอาการเจ็บป่วย เช่น ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ก่อนลงสระว่ายน้ำทุกครั้ง เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อโรค
- 2) กำกับดูแลและปฏิบัติตามคำแนะนำของระบบฆ่าเชื้ออย่างเคร่งครัด เพื่อให้ระบบมีประสิทธิภาพในการฆ่าเชื้อ ตลอดเวลาการให้บริการ (คลอรีนอิสระคงเหลือ (Free Residual Chlorine) ใน ระดับ 1 - 3 ส่วนในล้านส่วน (ppm))
- 3) ตรวจสอบคุณภาพน้ำในสระทุกวัน และดูแลความสะอาดของสระน้ำไม่ให้มีขยะมูลฝอย
- 4) กำหนดมาตรการก่อนลงสระว่ายน้ำ เช่น นักเรียนต้องชำระร่างกายก่อนลงสระ ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยก่อนลงและขึ้นจากสระว่ายน้ำ สวมแว่นตา - หมวกว่ายน้ำ ระหว่างการว่ายน้ำ ห้ามบ้วนน้ำลาย ห้ามปัสสาวะ ห้ามสิ่งน้ำมูกลงในน้ำ ห้ามพูดคุยกับเพื่อน ผู้สอนว่ายน้ำ (โค้ช) หรือผู้ดูแลสระน้ำ ต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่บริเวณสระว่ายน้ำ
- 5) ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ใช้ในการสอน แบ่งรอบการสอน จำกัดจำนวนคน และให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- 6) ควรเตรียมอุปกรณ์ของใช้ส่วนตัวสำหรับการว่ายน้ำ เช่น แว่นตา - หมวกว่ายน้ำ ชุดว่ายน้ำ ผ้าเช็ดตัว เป็นต้น

## 7. สนามเด็กเล่น

- 1) ให้มีการทำความสะอาดเครื่องเล่นและอุปกรณ์การเล่นทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ทำความสะอาดด้วยน้ำยาทำความสะอาดตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์
- 2) จัดเครื่องเล่น อุปกรณ์การเล่น และนักเรียน ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร และกำกับดูแลให้เด็กสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาการเล่น
- 3) จำกัดจำนวนคนจำกัดเวลาการเล่นในสนามเด็กเล่น โดยอยู่ในความควบคุมดูแลของครูในช่วงเวลาพักเที่ยงและหลังเลิกเรียน
- 4) ให้ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือก่อนและหลังการเล่นทุกครั้ง

## 8. ห้องส้วม

- 1) จัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาดอย่างเพียงพอ ได้แก่ น้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยาฟอกขาว อุปกรณ์การตวง ถังขยะ ถังน้ำ ไม้ถูพื้น คีบด้ามยาวสำหรับเก็บขยะ ผ้าเช็ดทำความสะอาด และอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน เช่น ถุงมือ หน้ากากผ้า เสื้อผ้าที่จะนำมาเปลี่ยนหลังทำความสะอาด
- 2) การทำความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป พื้นห้องส้วม ให้ฆ่าเชื้อโดยใช้ผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (รู้จักกันในชื่อ “น้ำยาฟอกขาว”) โดยนำมาผสมกับน้ำเพื่อให้ได้ความเข้มข้น 0.1% หรือ 1000 ส่วนในล้านส่วน หรือผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ โดยนำมาผสมกับน้ำ เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 0.5% หรือ 5000 ส่วนในล้านส่วน ราดน้ำยาฆ่าเชื้อ ทิ้งไว้อย่างน้อย 10 นาที เน้นเช็ดบริเวณที่รองนั่งโถส้วม ฝาปิดโถส้วม ที่กดชักโครก สายชำระ ราวจับ ลูกบิดหรือกอลนประตู ที่แขวนกระดาษชำระ อ่างล้างมือ ชันน้ำ ก๊อกน้ำ ที่วางสบู่ ผนัง ซอกประตู ด้วยผ้าชุบน้ำยาฟอกขาว หรือใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5%

3) หลังทำความสะอาด ควรซักผ้าเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งแดดให้แห้ง

### 9. ห้องพักรู

1) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ควรคำนึงถึงสภาพห้องและขนาดพื้นที่ และจัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน โดยถือปฏิบัติตามหลัก Social distancing อย่างเคร่งครัด

2) ให้ครูสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา

3) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง กรณีใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ ควรเปิดประตู หน้าต่างให้ระบายอากาศ และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

4) ให้มีการทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ และจุดสัมผัสเสี่ยง เช่น ลูกบิดประตู โทรศัพท์ อุปกรณ์คอมพิวเตอร์ เป็นต้น เป็นประจำทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง

5) จัดเตรียมเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครูและผู้มาติดต่อบริเวณทางเข้าด้านหน้าประตู และภายในห้องอย่างเพียงพอและทั่วถึง

### 10. ห้องพยาบาล

1) จัดหาครูหรือเจ้าหน้าที่ เพื่อดูแลนักเรียน ในกรณีที่มีนักเรียนป่วยมาอนพักรอผู้ปกครองมารับ

2) จัดให้มีพื้นที่หรือห้องแยกอย่างชัดเจน ระหว่างนักเรียนป่วยจากอาการไข้หวัดกับนักเรียนป่วยจากสาเหตุอื่น ๆ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค

3) ทำความสะอาดเตียงและอุปกรณ์ของใช้ทุกวัน

4) จัดเตรียมเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือ บริเวณทางเข้าหน้าประตูและภายในห้องพยาบาลอย่างเพียงพอ

### 11. โรงอาหาร

การจัดบริการภายในโรงอาหาร การนั่งกินอาหารร่วมกันของผู้ใช้บริการ รวมถึงอาหาร ภาชนะ อุปกรณ์ ตักตักน้ำดื่ม ระบบกรองน้ำและผู้สัมผัสอาหาร อาจเป็นแหล่งแพร่กระจายเชื้อโรค จึงควรมีการดูแลเพื่อลดและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ดังนี้

1) **หน่วยงานที่จัดบริการโรงอาหาร** กำหนดมาตรการการปฏิบัติให้สถานที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ ดังนี้

(1) จัดให้มีอ่างล้างมือพร้อมสบู่ สำหรับให้บริการแก่ผู้เข้ามาใช้บริการโรงอาหาร บริเวณก่อนทางเข้าโรงอาหาร

(2) ทุกคนที่จะเข้ามาในโรงอาหาร ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย

(3) จัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ในพื้นที่ต่าง ๆ เช่น ที่นั่งกินอาหาร จุดรับอาหาร จุดซื้ออาหาร จุดรอกดน้ำดื่ม จุดปฏิบัติงานร่วมกันของผู้สัมผัสอาหาร

(4) จัดเหลื่อมช่วงเวลาซื้อและกินอาหาร เพื่อลดความแออัดพื้นที่ภายในโรงอาหาร

(5) ทำความสะอาดสถานที่ปรุง ประกอบอาหาร พื้นที่ตั้งตู้กดน้ำดื่ม และพื้นที่บริเวณที่นั่งกินอาหารให้สะอาด ด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือผงซักฟอก และจัดให้มีการฆ่าเชื้อด้วยโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น 1,000 ส่วนในล้านส่วน (ใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6% อัตราส่วน 1 ช้อนโต๊ะต่อน้ำ 1 ลิตร)

(6) ทำความสะอาดโต๊ะและที่นั่งให้สะอาด สำหรับนั่งกินอาหาร ด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือจัดให้มีการฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70% โดยหยดแอลกอฮอล์ลงบนผ้าสะอาดพอมาด ๆ เช็ดไปในทิศทางเดียวกัน หลังจากผู้ใช้บริการทุกครั้ง

(7) ทำความสะอาดภาชนะ อุปกรณ์ และเครื่องใช้ให้สะอาด ด้วยน้ำยาล้างจาน และให้มีการฆ่าเชื้อด้วยการแช่น้ำร้อน 80 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 30 วินาที หรือแช่ด้วยโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น 100 ส่วนในล้านส่วน (ใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6% อัตราส่วนครึ่งช้อนชาต่อน้ำ 1 ลิตร) 1 นาที แล้วล้างน้ำให้สะอาด และอบหรือผึ่งให้แห้ง ก่อนนำไปใช้ใส่อาหาร

(8) ทำความสะอาดตู้กดน้ำดื่ม ภายในตู้ถึงน้ำเย็น อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง เช็ดภายนอกตู้ และก๊อกน้ำดื่มให้สะอาดทุกวัน และฆ่าเชื้อด้วยการแช่โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น 100 ส่วนในล้านส่วน เป็นเวลา 30 นาที ทุกครั้งก่อนบรรจุน้ำใหม่ กรณีที่มีเครื่องกรองน้ำ ควรทำความสะอาดด้วยการล้างย้อน (Backwash) ทุกสัปดาห์ และเปลี่ยนไส้กรองตามระยะเวลาที่กำหนดของผลิตภัณฑ์ และตรวจเช็คความชำรุดเสียหายของระบบไฟฟ้าที่ใช้ สายดิน ตรวจเช็คไฟฟ้าวัดตามจุดต่าง ๆ โดยเฉพาะบริเวณก๊อกน้ำที่ถือเป็นจุดเสี่ยง เพื่อป้องกันไฟฟ้าดูดขณะใช้งาน

(9) จัดบริการอาหาร เน้นป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น อาหารปรุงสำเร็จสุกใหม่ทุกครั้ง การปกปิดอาหารปรุงสำเร็จ การใช้ภาชนะที่เหมาะสมกับประเภทอาหาร และจัดให้มีภาชนะอุปกรณ์สำหรับการกินอาหารอย่างเพียงพอเป็นรายบุคคล เช่น จาน ถาด หลุม ช้อน ส้อม แก้วน้ำ เป็นต้น

(10) ประชาสัมพันธ์ให้ความรู้ภายในโรงอาหาร เช่น การสวมหน้ากากที่ถูกต้อง ขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้อง การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล การเลือกอาหารปรุงสุกใหม่สะอาด เป็นต้น

(11) กรณีมีการใช้บริการร้านอาหารจากภายนอก จัดส่งอาหารให้กับสถานศึกษา ควรให้ครูหรือผู้รับผิดชอบ ตรวจสอบประเมินระบบสุขาภิบาลอาหารของร้านอาหาร โดยกำหนดข้อตกลงการจัดส่งอาหารปรุงสุกพร้อมกิน ภายใน 2 ชั่วโมง หลังปรุงเสร็จ และมีการปกปิดอาหาร เพื่อป้องกันการปนเปื้อนสิ่งสกปรกลงในอาหาร

(12) พิจารณาทางเลือกให้ผู้ปกครองสามารถเตรียมอาหารกลางวัน (Lunch box) ให้นักเรียนมารับประทานเอง เพื่อป้องกันเชื้อและลดการแพร่กระจายเชื้อ

**2) ผู้สัมผัสอาหาร** ต้องดูแลสุขลักษณะส่วนบุคคล มีการป้องกันตนเองและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ดังนี้

(1) กรณีมีอาการป่วย ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้หยุดปฏิบัติงานและแนะนำให้ไปพบแพทย์ทันที

(2) ดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล มีการป้องกันตนเอง แต่งกายให้สะอาด สวมใส่ผ้ากันเปื้อน และ อุปกรณ์ป้องกันการปนเปื้อนสู่อาหาร ในขณะปฏิบัติงาน

(3) รักษาความสะอาดของมือ ด้วยการล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ ก่อนปฏิบัติงาน และ ขณะเตรียมอาหารประกอบอาหาร และจำหน่ายอาหาร รวมถึงหลังจากการจับเหรียญหรือธนบัตร หรือสัมผัสสิ่งสกปรก อาจใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือร่วมด้วย หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น

(4) สวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาขณะปฏิบัติงาน

(5) มีพฤติกรรมขณะปฏิบัติงานป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น ใช้อุปกรณ์ในการปรุงประกอบอาหาร เช่น เขียง มีด การหยิบจับอาหาร แยกระหว่างอาหารสุก อาหารประเภทเนื้อสัตว์สด ผัก และ ผลไม้ และไม่เตรียมปรุง ประกอบอาหารบนพื้นโดยตรง

(6) จัดเมนูอาหารที่จำหน่าย โดยเน้นอาหารปรุงสุกด้วยความร้อน โดยเฉพาะเนื้อสัตว์ ปรุงให้สุกด้วยความร้อนไม่น้อยกว่า 70 องศาเซลเซียส หลีกเลี่ยงการจำหน่ายอาหารบูดเสียง่าย เช่น อาหารประเภทกะทิ และอาหารที่ไม่ผ่านความร้อน เช่น ซูชิ เป็นต้น

(7) อาหารปรุงสำเร็จ จัดเก็บในภาชนะสะอาด มีการปกปิดอาหารจัดเก็บสูงจากพื้น ไม่น้อยกว่า 60 เซนติเมตร กรณีอาหารปรุงสำเร็จ รอกจำหน่าย ให้นำมาอุ่น ทุก 2 ชั่วโมง

(8) การใช้ภาชนะบรรจุอาหารแบบใช้ครั้งเดียวทิ้งต้องสะอาดมีคุณภาพเหมาะสมกับการบรรจุอาหารปรุงสำเร็จ และไม่ควรรีใช้โฟมบรรจุอาหาร

(9) ระหว่างการปฏิบัติงาน ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร

(10) ควรพิจารณาให้มีระบบชำระเงินออนไลน์สำหรับผู้บริโภค

**3) ผู้ที่เข้ามาใช้บริการร้านอาหาร** ต้องป้องกันตนเองและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ดังนี้

(1) ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือทุกครั้ง ก่อนเข้าไปในร้านอาหาร ก่อนกินอาหาร ภายหลังจากซื้ออาหารหลังจากจับเหรียญหรือธนบัตร หลังจากสัมผัสสิ่งสกปรกหรือหลังจากออกจากห้องส้วม

(2) ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในร้านอาหารหรือเข้าไปในสถานที่จำหน่ายอาหาร

(3) เลือกซื้ออาหารปรุงสุกใหม่ หลีกเลี่ยงการกินอาหารประเภทเนื้อสัตว์ เครื่องในสัตว์ ที่ปรุงไม่สุกและตรวจสอบคุณภาพของอาหารทันที เช่น สภาพอาหาร กลิ่น ความสะอาดและความเหมาะสมของภาชนะบรรจุ มีการปกปิดอาหารมิดชิด ไม่เลอะเทอะ ไม่ฉีกขาด เป็นต้น

(4) ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ในการซื้ออาหาร ขณะรออาหาร นั่งกินอาหาร ขณะรอกดน้ำดื่ม

(5) พิจารณาเลือกใช้ระบบการชำระเงินแบบออนไลน์

## 12. รถรับ - ส่งนักเรียน

1) ทำความสะอาดรถรับ - ส่งนักเรียนและบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยง เช่น ราวจับ ที่เปิดประตู เบาะนั่ง ที่วางแขน ด้วยน้ำผสมผงซักฟอก หรือน้ำยาทำความสะอาดที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกผ้าขาว) และปฏิบัติตามคำแนะนำบนฉลากผลิตภัณฑ์ (เช่น ผสมโซเดียมไฮโปคลอไรท์ ความเข้มข้น 6% ปริมาณ 20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร)

2) นักเรียนที่ใช้บริการรถรับ - ส่งนักเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลา ที่อยู่บนรถ ลดการพูดคุยกัน เล่นหยอกล้อกัน รวมถึงกำหนดจุดรับ - ส่งนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง

3) การจัดที่นั่งบนรถรับ - ส่งนักเรียน ควรจัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ทั้งนี้ควรคำนึงถึงขนาดพื้นที่ของรถ จำนวนที่นั่งพิจารณาตามคุณลักษณะของรถและความเหมาะสม จัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน โดยยึดหลัก Social distancing อย่างเคร่งครัด

4) ก่อนและหลังให้บริการรับ - ส่งนักเรียนแต่ละรอบ ทำความสะอาดภายในและภายนอกรถทุกครั้ง ควรเปิดหน้าต่าง ประตู ระบายอากาศให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก

5) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือบ่อย ๆ บนรถรับ - ส่งนักเรียน

## 13. หอพักนักเรียน

1) มีการตรวจคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคนก่อนเข้าหอพัก และสังเกตอาการเสี่ยง หากพบผู้มีอาการเสี่ยง ต้องรีบแจ้งครูหรือผู้ดูแลหอพัก และแจ้งประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป

2) จัดให้มีจุดบริการล้างมือพร้อมสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์สำหรับทำความสะอาดมือไว้บริการ ในบริเวณต่าง ๆ อย่างเพียงพอ เช่น บริเวณทางเข้าออกอาคาร หน้าลิฟท์ ห้องนั่งเล่นส่วนกลาง เป็นต้น

3) ให้มีการทำความสะอาดในพื้นที่ต่างๆ โดยเน้นจุดที่มีผู้สัมผัสร่วมกันเป็นประจำ อย่างน้อย วันละ 2 ครั้ง และอาจเพิ่มความถี่มากขึ้น หากมีผู้ใช้งานจำนวนมาก ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและอาจฆ่าเชื้อ ด้วยแอลกอฮอล์ 70% หรือโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) 0.1% ในพื้นที่ ดังนี้

- บริเวณพื้นที่ส่วนกลาง พื้นผิวสัมผัส อุปกรณ์ เครื่องใช้ เช่น เคาน์เตอร์ ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ จุดประชาสัมพันธ์ โต๊ะ ที่นั่ง สิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เช่น เครื่องซักผ้าหยอดเหรียญ ตู้น้ำดื่มหยอดเหรียญ ตู้จำหน่ายสินค้าอัตโนมัติ ตู้เครื่องดื่มหยอดเหรียญ โดยเน้นจุดที่มีผู้สัมผัสร่วม เช่น ปุ่มกดรายการ ฝาช่องรับสินค้า

- ห้องส่วนกลาง เน้นบริเวณจุดเสี่ยง ได้แก่ กลอนหรือลูกบิดประตู ก๊อกน้ำ อ่างล้างมือ ที่รองนั่งโถส้วม ที่กดโถส้วมหรือโถปัสสาวะ สายฉีดน้ำชำระ และพื้นห้องส้วม

4) ควรกำหนดมาตรการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร และลดความแออัด ในบริเวณพื้นที่ต่าง ๆ เช่น การจัดระยะห่างของเตียงนอน ชั้นวางของใช้ส่วนตัว จำกัดจำนวนคนในการใช้ลิฟท์ จัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจนที่มีการรอ เป็นต้น

5) จัดให้มีการระบายอากาศที่เหมาะสม ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง กรณีใช้เครื่องปรับอากาศ ควรตรวจสอบประสิทธิภาพของเครื่องปรับอากาศให้อยู่ในสภาพดี กำหนดเวลาเปิด - ปิด เครื่องปรับอากาศ และเปิดประตู หน้าต่าง ให้ระบายอากาศ และต้องทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

6) กำหนดแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้พักในหอพัก เช่น

- ให้ผู้ที่พักในหอพัก ประเมินตนเองก่อน หากพบว่า มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือมีอุณหภูมิร่างกาย 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป หรือมีอาการระบบทางเดินหายใจ ให้รายงานหัวหน้าเพื่อเข้าสู่ระบบการดูแลของโรงพยาบาลต่อไป

- มีการดูแลตนเอง โดยการสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1 - 2 เมตร หลีกเลี่ยงการพูดคุยในระยะใกล้ชิด และไม่ใช้สิ่งของเครื่องใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดตัว ช้อน ส้อม จาน ชาม แก้วน้ำ เป็นต้น ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ เช่น ทุกครั้งก่อนและหลังรับประทานอาหาร หลังการทำความสะอาดห้องพัก หลังการใช้ส้วม เป็นต้น หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง และดูแลสุขภาพสุขอนามัยส่วนบุคคล

- ดูแลภายในห้องพักให้สะอาด และทำความสะอาดบริเวณที่ต้องสัมผัสบ่อย เช่น ลูกบิดหรือกlotenประตูโต๊ะ เก้าอี้ ควรเปิดประตู หน้าต่างห้องพัก เป็นประจำทุกวัน เพื่อระบายอากาศ หากมีการใช้เครื่องปรับอากาศ ให้มีการทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้ง คัดแยกขยะรวบรวมใส่ถุงขยะมัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งตามเงื่อนไขที่หอพักกำหนด ก่อนนำไปกำจัดอย่างถูกต้อง

7) ภาชนะบรรจุน้ำดื่ม เช่น ถังน้ำ เหยือกน้ำ कुลเลอร์ ต้องสะอาด มีฝาปิด ควรมีทางเทรินหรือก๊อกน้ำ ไม่ควรใช้การจ้วงตักโดยตรง และต้องล้างทำความสะอาดด้วยน้ำยาล้างภาชนะภายในและภายนอกทุกวัน

8) มีมาตรการกำกับดูแลพนักงานอื่นที่เกี่ยวข้อง เช่น แม่บ้าน พนักงานทำความสะอาด หากพบว่า มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ เหนื่อยหอบ ให้หยุดงานและแนะนำให้พบแพทย์ ให้สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในอาคาร ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์บ่อย ๆ และ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 - 2 เมตร หากรับผิดชอบด้านการทำความสะอาด ให้สวมถุงมือ ผ้ากันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง ใช้ที่คีบด้ามยาวเก็บขยะใส่ถุงมัดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ เมื่อเสร็จสิ้นการปฏิบัติงานให้ล้างมือให้สะอาด เมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

9) หากมีบริการอื่น ๆ ภายในหอพัก เช่น ร้านอาหาร ร้านเครื่องดื่ม สถานที่รับประทานอาหาร ร้านเสริมสวย หรือและกิจการอื่น ๆ ให้ปฏิบัติตามแนวทางปฏิบัติในด้านนั้น ๆ

10) มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ข่าวสารความรู้โรคโควิด 19 เกี่ยวกับอาการของโรค คำแนะนำการปฏิบัติตน เพื่อลดการเสี่ยงต่อโรค เช่น เสี่ยงตามสาย ติดป้ายประชาสัมพันธ์ตามจุดต่าง ๆ ไลน์กลุ่มหอพัก

11) กำกับดูแลตรวจสอบการปฏิบัติตนให้เป็นสุขนิสัย กิจวัตร โดยจัดให้มีจิตอาสาควบคุมดูแลทุกวัน

12) หากพบผู้ป่วยยืนยันหรือมีข้อมูลบ่งชี้ว่า หอพักอาจเป็นจุดแพร่เชื้อได้ ให้ผู้รับผิดชอบรวบรวมมือกับเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อในการดำเนินการต่าง ๆ เช่น การสอบสวนโรค การทำความสะอาดพื้นที่ต่าง ๆ เป็นต้น

13) มาตรการอื่น ๆ นอกจากนี้ ให้เป็นไปตามระเบียบของหอพักและให้มีลักษณะเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ และสามารถติดตามสอบสวนโรคได้ เช่น กิจกรรมการรวมตัวสังสรรค์ การกำหนดให้บุคคลภายนอกเข้าพัก หรือผู้มาติดต่ออื่น ๆ มีการลงทะเบียน เพื่อการติดตาม ตรวจสอบกรณีพบผู้ป่วยที่เกี่ยวข้องกับหอพัก

#### 14. ห้องนอนเด็กเล็ก

- 1) ทำความสะอาดเครื่องนอน เปลี่ยนผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน และผ้ากันเปื้อนทุกวัน รวมถึงทำความสะอาดอุปกรณ์ของใช้ ของเล่น ตุ๊กตาของส่วนบุคคล และจุดสัมผัสเสี่ยง เป็นประจำทุกวัน
- 2) จัดให้มีพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ของเด็กรายบุคคล เช่น เรียนบนเสื่อ ใช้สัญลักษณ์แทนขอบเขต รวมถึงการจัดที่นอนสำหรับเด็ก ต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- 3) มีและใช้ของใช้ส่วนตัว เน้นไม่ใช้ของใช้ร่วมกัน เช่น ผ้ากันเปื้อน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ
- 4) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครูและนักเรียน บริเวณทางเข้าและภายในห้องอย่างเพียงพอ
- 5) มีการระบายอากาศที่ดี อากาศถ่ายเทสะดวก เช่น เปิดประตู หน้าต่าง กรณีใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ และเปิดประตู หน้าต่าง ให้ระบายอากาศ และต้องทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ
- 6) จัดอุปกรณ์การส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างเพียงพอ คนละ 1 ชุด
- 7) อัตราส่วนของครูหรือผู้ดูแลเด็กหรือพี่เลี้ยงต่อเด็กเล็ก 1 : 5 - 8 ในการดูแลเด็กตลอดทั้งวัน

#### 15. การเข้าแถวเคารพธงชาติ

- 1) การจัดพื้นที่เข้าแถว ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร กรณีมีพื้นที่จำกัด ไม่เพียงพอ อาจพิจารณาสลับชั้นเรียนมาเข้าแถวบริเวณหน้าเสาธง หรือจัดให้มีการเข้าแถวบริเวณที่มีพื้นที่กว้างขวาง เช่น หน้าห้องเรียน ลานเอนกประสงค์ ลานสนามกีฬา โรงยิม หอประชุม เป็นต้น
- 2) ครูและนักเรียนทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาการเข้าแถวเคารพธงชาติ
- 3) ลดระยะเวลาการจัดกิจกรรมหน้าเสาธง กรณีมีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ ควรใช้ช่องทางอื่น ๆ เช่น เสียงตามสาย ผ่านออนไลน์ Line Facebook E-mail แจ้งในห้องเรียน เป็นต้น
- 4) ทำความสะอาดอุปกรณ์ของใช้หรือจุดสัมผัสเสี่ยง ภายหลังการใช้งานทุกครั้ง เช่น เชือกที่ใช้ชักธงชาติ ไมโครโฟน เป็นต้น



## มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรณีเกิดการระบาด

### กรณีเกิดการระบาดในสถานศึกษา

**นิยาม** เหตุการณ์การระบาด หมายถึง เมื่อพบผู้ป่วยยืนยันอย่างน้อย 1 ราย ที่คิดว่าอาจมีการแพร่กระจายเชื้อในสถานศึกษานิยาม

- 1) ผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์ต้องสอบสวน (PUI = Patient Under Investigation) หมายถึง ผู้ที่มีประวัติไข้หรือวัดอุณหภูมิกายได้ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หายใจเร็วหรือหายใจเหนื่อยหรือหายใจลำบาก) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ
- 2) ผู้ป่วยยืนยัน หมายถึง ผู้ที่มีผลตรวจทางห้องปฏิบัติการ พบว่า ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
- 3) ผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง (High risk contact) หมายถึง ผู้สัมผัสใกล้ชิด ตามลักษณะข้อใดข้อหนึ่ง ดังนี้
  - ผู้ที่เรียนร่วมห้อง ผู้ที่นอนร่วมห้อง หรือเพื่อนสนิทที่คลุกคลีกัน
  - ผู้สัมผัสใกล้ชิดหรือมีการพูดคุยกับผู้ป่วยในระยะ 1 เมตร นานกว่า 5 นาที หรือถูกไอ จามรดจากผู้ป่วย โดยไม่มีการป้องกัน เช่น ไม่สวมหน้ากากอนามัย
  - ผู้ที่อยู่ในบริเวณที่ปิด ไม่มีการถ่ายเทอากาศ เช่น ในรถปรับอากาศ ในห้องปรับอากาศ ร่วมกับผู้ป่วยและอยู่ห่างจากผู้ป่วยไม่เกิน 1 เมตร นานกว่า 15 นาที โดยไม่มีการป้องกัน
- 4) ผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อต่ำ (Low risk contact) หมายถึง ผู้ที่ทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกับผู้ป่วยแต่ไม่เข้าเกณฑ์ความเสี่ยง
- 5) ผู้ไม่ได้สัมผัส หมายถึง ผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาแต่ไม่มีกิจกรรมหรือพบผู้ป่วยในช่วง 14 วัน ก่อนป่วย
- 6) ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการป่วยรุนแรง (Underlying condition) หมายถึง ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำ หรือมีโรคประจำตัว หรือผู้สูงอายุ

### กิจกรรมการเฝ้าระวังก่อนการระบาด

- 1) ให้มีการตรวจสอบการลาป่วยของนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา หากพบว่า ป่วยมากผิดปกติ ให้รายงานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทราบ
- 2) ให้มีการคัดกรองไข้บริเวณทางเข้าสถานศึกษาทุกวัน หากพบว่า มีเด็กที่มีไข้จำนวนมากผิดปกติ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่
- 3) ห้องพยาบาลให้มีการบันทึกรายชื่อและอาการของนักเรียนที่ป่วย

## กิจกรรมเมื่อมีการระบาด

- 1) ปิดสถานศึกษา/ชั้นปี/ชั้นเรียน เพื่อทำความสะอาด เป็นระยะเวลา 3 วัน
- 2) สํารวจคัดกรองนักเรียนและบุคลากรทุกคน บริเวณทางเข้าสถานศึกษา โดยใช้ Handheld thermometer และดำเนินการ ตามแผนผัง (หน้า 18)
  - ◆ หากพบผู้เข้าเกณฑ์สอบสวน (PUI) ให้เก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจหาเชื้อ
- 3) ผู้สัมผัสกลุ่ม High risk ให้ดำเนินการเก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจเชื้อ
- 4) ผู้สัมผัสกลุ่ม Low risk ไม่ต้องเก็บตัวอย่าง แต่ให้แยกตัวอยู่ที่บ้าน และรายงานอาการ (Self - report) ทุกวัน หากพบว่า มีอาการเข้าเกณฑ์ PUI ให้ดำเนินการแบบผู้ป่วย PUI
- 5) เมื่อเปิดเทอม ให้มีการคัดกรองใช้ทุกวัน หากพบมีอาการเข้าได้กับ PUI ให้เก็บตัวอย่าง และพิจารณา ความเสี่ยงเพื่อตัดสินใจว่าจะให้ผู้ป่วยดูอาการที่บ้าน หรือต้องแยกตัวในโรงพยาบาล
- 6) ทิมสอบสวนโรคทำการติดตามผู้สัมผัสทุกวัน จนครบกำหนด

## ขั้นตอนการคัดกรองนักเรียนและเจ้าหน้าที่ในสถานศึกษา



ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

## การกำกับ ติดตาม และรายงานผล

สถานศึกษา คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน และหน่วยงานสาธารณสุขที่ดูแลสถานศึกษา ควรมีการกำกับ ติดตาม ทบทวนการดำเนินงานให้สอดคล้องตามแนวปฏิบัติ สถานการณ์ และบริบทพื้นที่ อย่างต่อเนื่อง กรณีพบผู้มีอาการเสี่ยงหรือป่วย ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันที และรายงานต่อผู้บริหาร ผู้เกี่ยวข้อง



## บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)															
<p>นโยบายกระทรวงศึกษาธิการ ช่วง COVID-19 “โรงเรียนหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้” เปิดภาคเรียน 1 กรกฎาคม 2563</p> <p>แนวทางการจัดการเรียนการสอน ด้วยเทคโนโลยี การศึกษาทางไกล แบ่งเป็น 4 ระยะ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ระยะที่ 1 การเตรียมความพร้อม (7 เมษายน - 17 พฤษภาคม 2563)</li> </ul> <p>สำรวจความพร้อมด้านอุปกรณ์ การเข้าถึงอินเทอร์เน็ตของนักเรียน ผู้ปกครอง ครู และระบบการบริหารจัดการการเรียนการสอน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ระยะที่ 2 การทดลองจัดการเรียนการสอนทางไกล (18-30 พฤษภาคม 2563)</li> </ul>	<p>มีการหารือร่วมกันระหว่างกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย องค์การอนามัยโลกประเทศไทย ยูนิเซฟ และเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดมาตรการก่อนเปิดภาคเรียนร่วมกัน โดยใช้กรอบแนวทาง 6 มิติ ได้แก่ การดำเนินงานเพื่อความปลอดภัย การเรียนรู้ การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส สวัสดิภาพ และการคุ้มครอง นโยบายและการบริหารการเงิน สำหรับเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนเปิดภาคเรียนของสถานศึกษา (ที่มา : องค์การเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติและองค์การภาคี)</p> <table border="1" data-bbox="720 807 1274 1452"> <thead> <tr> <th>มิติ</th> <th>มาตรการควบคุมหลัก</th> <th>มาตรการเสริม</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. ความปลอดภัย จากการผลิต การแพร่เชื้อโรค</td> <td>1. มีมาตรการคัดกรอง วัดไข้ อากาศเสีย และประวัติเสี่ยง</td> <td>1. ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง</td> </tr> <tr> <td></td> <td>2. ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษา ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า</td> <td>2. จัดให้มีพื้นที่การทำกิจกรรม เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร</td> </tr> <tr> <td></td> <td>3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ</td> <td>3. ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว</td> </tr> <tr> <td></td> <td>4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร</td> <td>4. จัดให้มีห้องพยาบาล สำหรับแยกผู้มีอาการป่วย ระบบทางเดินหายใจ</td> </tr> </tbody> </table>	มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม	1. ความปลอดภัย จากการผลิต การแพร่เชื้อโรค	1. มีมาตรการคัดกรอง วัดไข้ อากาศเสีย และประวัติเสี่ยง	1. ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง		2. ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษา ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า	2. จัดให้มีพื้นที่การทำกิจกรรม เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร		3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ	3. ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว		4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร	4. จัดให้มีห้องพยาบาล สำหรับแยกผู้มีอาการป่วย ระบบทางเดินหายใจ	<p>หลักปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>คัดกรอง (Screening) :</b> ผู้ที่เข้ามาในสถานศึกษาทุกคนต้องได้รับการคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกาย</li> <li><b>สวมหน้ากาก (Mask) :</b> ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา</li> <li><b>ล้างมือ (Hand Wash) :</b> ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำนานอย่างน้อย 20 วินาที หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสบริเวณจุดเสี่ยงโดยไม่จำเป็น</li> <li><b>เว้นระยะห่าง (Social distancing) :</b> เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร รวมถึงการจัดเว้นระยะห่างของสถานที่</li> <li><b>ทำความสะอาด (Cleaning) :</b> เปิดประตู หน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเท กรณีใช้เครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ให้ระบายอากาศ และทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของโต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน ช่างพักเที่ยง และหลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝักปิดและรวบรวมขยะออกจากห้องเรียนเพื่อนำไปกำจัดทุกวัน</li> </ol>
มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม															
1. ความปลอดภัย จากการผลิต การแพร่เชื้อโรค	1. มีมาตรการคัดกรอง วัดไข้ อากาศเสีย และประวัติเสี่ยง	1. ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง															
	2. ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษา ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า	2. จัดให้มีพื้นที่การทำกิจกรรม เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร															
	3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ	3. ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว															
	4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร	4. จัดให้มีห้องพยาบาล สำหรับแยกผู้มีอาการป่วย ระบบทางเดินหายใจ															

# บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)		แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
<p>- ทดลองจัดการเรียนการสอนทางไกลผ่านช่องทางรายการโทรทัศน์ระบบดิจิทัลและระบบออนไลน์ด้วยเครื่องมือการเรียนรู้ตามความเหมาะสมและบริบทของสถานศึกษา</p> <p>● ระยะที่ 3 การจัดการเรียนการสอน (1 กรกฎาคม 2563 – 30 เมษายน 2564)</p> <p>- สถานการณ์ที่ 1 กรณีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ยังไม่คลี่คลายจัดการเรียนการสอนด้วยระบบทางไกลผ่านดาวเทียม (DLTV) และระบบออนไลน์</p> <p>- สถานการณ์ที่ 2 กรณีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 คลี่คลายกำหนดเปิดภาคเรียน 1 กรกฎาคม 2563 จัดการเรียนการสอนปกติในโรงเรียน</p>	<p>5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ที่ความสะอาด ห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ</p> <p>6. พิจารณาควบคุมจำนวนนักเรียน ลด แออัด เหลือเวลา หรือลดเวลาทำกิจกรรมที่สัมผัสกันเท่าที่จำเป็น</p> <p>1. จัดหาสื่อความรู้ป้องกันควบคุมโรคโควิด 19 สำหรับใช้ในการเรียนการสอน</p> <p>2. เตรียมความพร้อมด้านความรู้ของเด็กตามวัย และสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา</p> <p>3. สร้างความเข้มแข็งของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน</p>	<p>5. จัดให้มีการสื่อสารความรู้ การ ป๋ อ ง กั น โร ค การล้างมือ การสวมหน้ากาก การทำความสะอาด แยกทุกคนในสถานศึกษา</p> <p>6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีรถรับ - ส่งนักเรียน</p> <p>1. กรณีเด็กเล็ก ไม่แนะนำให้ใช้สื่อการเรียนการสอนแบบออนไลน์ โดยขาดปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน ครูผู้ปกครอง</p> <p>2. ไม่ปล่อยให้เด็กและวัยรุ่นอยู่กับสื่อออนไลน์ (ที่ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอน) นานเกินไปตามระยะเวลาที่กำหนด</p> <p>3. ส่งเสริมให้สถานศึกษาและนักเรียนรู้ ประเมินตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน</p>	<p>6. ลดแออัด (Reducing) : ลดระยะเวลาการทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็นหรือเลื่อนเวลาทำกิจกรรมและหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมรวมตัวกันเป็นกลุ่ม</p> <p><b>ขั้นตอนการคัดกรองสุขภาพและแนวทางการส่งต่อนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>จัดตั้งจุด/บริเวณคัดกรองบริเวณทางเข้าสถานศึกษา</li> <li>วัดอุณหภูมิ (<math>\geq 37.5^{\circ}\text{C}</math> ถือว่ามีไข้)</li> <li>ให้ผู้ถูกคัดกรองล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์</li> <li>ตรวจสอบการสวมหน้ากากของบุคคลทุกคนที่เข้าสถานศึกษา</li> <li>ซักประวัติเสี่ยง อាកารทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้สึก) และบันทึกผลในแบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพ</li> </ol> <p>a. กรณี วัดอุณหภูมิภายใน <math>&lt; 37.5^{\circ}\text{C}</math> ไม่มีอาการทางเดินหายใจ ไม่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ให้ติดต่อผู้สัมผัสหรือสัสติกเกอร์เข้าเรียน/ปฏิบัติงานได้ตามปกติ</p> <p>b. กรณี วัดอุณหภูมิภายใน <math>\geq 37.5^{\circ}\text{C}</math> ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง และ/หรือมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ให้แยกนักเรียนในห้องพักหรือบริเวณที่จัดเตรียมไว้แจ้งผู้ปกครอง แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สอบสวนโรค และดำเนินการตามคำแนะนำ</p>

## บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)		แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
<p>โดยให้เว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) และมีแผนเตรียมการเพื่อรองรับสถานการณ์ฉุกเฉินต่าง ๆ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ระยะที่ 4 การทดสอบและการศึกษาต่อ (1 เมษายน – 15 พฤษภาคม 2564)</li> </ul> <p>ที่มา: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ</p>	<p>3. การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส</p> <p>ก. เด็กพิเศษ</p> <p>ข. เด็กในพื้นที่</p> <p>เฉพาะทางไกลมาก</p>	<p>4. สนับสนุนให้นักเรียนใช้สื่อหรือบอร์ดผ่านช่องทางที่หลากหลายที่สามารถเข้าถึงได้</p> <p>1. สถานและแสวงหาการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์การป้องกันโรคโควิด 19</p> <p>2. สถานการพัฒนาเป็นงานตามแนวทางการพัฒนาเชิงบูรณาการ ผู้เรียนของกระทรวงศึกษาธิการ รม มีข้อจำกัดด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา</p> <p>3. ใช้สื่อสร้างความเข้าใจเรื่องโรคโควิด 19 และแนวทางการดูแลตัวเอง โดยคำนึงถึงข้อจำกัดทางภาษาและสังคม กลุ่มนักเรียนพิการเรียนร่วม</p>	<p>6. ผู้รับผิดชอบรวบรวมข้อมูลรายงานผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาทราบ</p> <p><b>แนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรในสถานศึกษา</b></p> <p><b>ผู้บริหาร</b> <b>เจ้าของสถานศึกษา</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ประสานนโยบายและแนวปฏิบัติ พร้อมทั้งจัดตั้งคณะทำงานดำเนินการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19</li> <li>2. ทบทวน ปรับปรุง ซ่อมปฏิบัติตามแผนฉุกเฉินของสถานศึกษา</li> <li>3. ให้มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคโควิด 19 เกี่ยวกับนโยบาย มาตรการ การปฏิบัติตน การจัดการเรียนการสอนให้กับผู้เกี่ยวข้อง และลดการตีตราทางสังคม (Social stigma)</li> <li>4. มีมาตรการคัดกรองสุขภาพทุกคน บริเวณจุดแรกเข้าไปในสถานศึกษา (Point of entry)</li> <li>5. ควรพิจารณาการจัดให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการเรียนการสอนที่มีคุณภาพเหมาะสมตามบริบทได้อย่างต่อเนื่อง รวมถึงการติดตามกรณีนักเรียนขาดเรียน</li> </ol> <p>6. กรณีพบนักเรียน ครู บุคลากร หรือผู้ปกครองอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือป่วยยืนยันเข้ามาในสถานศึกษา ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่</p>

# บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
<p>4. สวัสดิภาพและการคุ้มครอง</p>	<p>5. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับข้อบัญญัติการปฏิบัติด้านศาสนกิจ</p> <p>6. มีมาตรการดูแลนักเรียนที่มีความบกพร่องด้านพัฒนาการ การเรียนรู้ หรือด้านพฤติกรรมอารมณ์</p>	<p>7. มีมาตรการให้นักเรียนได้รับอาหารกลางวันและอาหารเสริมตามสิทธิที่ควรได้รับ กรณีพบอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือักักตัว</p> <p>8. ควบคุม กำกับ ติดตาม และตรวจสอบการดำเนินงานตามมาตรการอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง</p>
<p>4. สวัสดิภาพและการคุ้มครอง</p>	<p>1. จัดเตรียมแผนรองรับด้านการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนป่วย ักักตัว หรือกรณีปิดสถานศึกษาชั่วคราว</p> <p>2. จัดเตรียมแนวปฏิบัติเพื่อลดการรังเกียจและการตีตราทางสังคม (Social stigma)</p> <p>3. จัดเตรียมแนวปฏิบัติด้านการจัดการความเครียดของครูและบุคลากร</p> <p>4. ตรวจสอบประวัติเสี่ยงของบุคลากรและนักเรียนรู้ และการกักตัว</p>	<p><b>ครู ผู้ดูแลนักเรียน</b></p> <p>1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้</p> <p>2. ส่งมอบการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจ อย่างไรก็ตาม ให้หยุดปฏิบัติงาน และรีบไปพบแพทย์ทันที</p> <p>3. ปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัดได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแอ่งหลังชุมชน</p> <p>4. แจ้งผู้ปกครองและนักเรียน ให้มาขอใช้ส่วนตัวและอุปกรณ์ป้องกันมาใช้เป็นของตนเอง</p> <p>5. สื่อสารความรู้คำแนะนำหรือจัดสื่อเพื่อประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายโรคโควิด 19</p> <p>6. ทำความสะอาดสื่อการเรียนการสอนหรืออุปกรณ์ที่ใช้ร่วมกันเป็นจุดสัมผัสเสี่ยง ทุกครั้งหลังใช้งาน</p>

# บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)		แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
<p>5. กำหนดแนวทางปฏิบัติตามระเบียบสำหรับบุคลากรและนักเรียนที่สงสัยติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคโควิด 19 โดยไม่ถือเป็นวันลาหรือวันหยุดเรียน</p>	<p>5. กำหนดแนวทางปฏิบัติตามระเบียบสำหรับบุคลากรและนักเรียนที่สงสัยติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคโควิด 19 โดยไม่ถือเป็นวันลาหรือวันหยุดเรียน</p>	<p>5. นโยบาย</p>	<p>7. ควบคุมดูแลการจัดที่นั่งภายในสถานที่ในโรงเรียนตามหลักการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</p>
<p>5. นโยบาย</p>	<p>1. สื่อสารประชาสัมพันธ์แก่ครูและบุคลากรในสถานศึกษาให้มีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับโรคโควิด 19 การล้างมือ การสวมหน้ากาก การรักษาระยะห่างระหว่างบุคคล การทำความสะอาด</p>	<p>1. จัดระบบให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง</p> <p>2. พิจารณาปิดสถานศึกษาตามสถานการณ์และความเหมาะสม</p> <p>3. สื่อสารให้มีความรู้เกี่ยวกับการสังเกตอาการเสี่ยง การมีแนวโน้มเสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด 19 ได้ง่าย โดยเฉพาะในเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น</p>	<p>8. ตรวจสอบ กำกับ ติดตามการมาเรียนของนักเรียน</p> <p>9. ตรวจสอบการร้องเรียนของทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษาตามขั้นตอน</p> <p>10. สังเกตกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรม หรือนักเรียนที่ไม่ร่วมมือปฏิบัติตามมาตรการที่ครูกำหนด เพื่อให้ได้รับการช่วยเหลือ</p> <p>11. สื่อสารความรู้เกี่ยวกับความเครียด กระบวนการจัดการความเครียดให้แก่นักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา</p>
	<p>2. ประชุมชี้แจงคณะกรรมการสถานศึกษา</p> <p>3. มีแผนงาน โครงการ และกิจกรรมรองรับนโยบายและแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 ของสถานศึกษา</p> <p>4. แต่งตั้งคณะทำงานรับผิดชอบเกี่ยวกับโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา</p>	<p>นักเรียน</p>	<p>1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้</p> <p>2. สังเกตอาการของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจ อยากรู้โดยทันที รับแจ้งครูหรือผู้ปกครอง</p> <p>3. มีและใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น</p> <p>4. ปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชน</p>

# บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
	<p>5. กำหนดบทบาทหน้าที่และผู้รับผิดชอบ และมอบหมายผู้รับผิดชอบ ดำเนินการตามมาตรการ</p> <p>6. สื่อสารทำความเข้าใจ ผู้ปกครองและนักเรียน เกี่ยวกับแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 และมีช่องทาง การติดต่อสื่อสาร</p> <p>7. มีการประเมินตนเอง เพื่อเตรียมความพร้อม ก่อนเปิดเรียน</p> <p>8. มีมาตรการการจัดการ ด้านความสะอาดของ รั้วรับ - สังกักเรียน และชี้แจงผู้ประกอบการ</p> <p>9. เสริมสร้างวัคซีนชุมชน ในสถานศึกษา โดย มาตรการ “4 สร้าง 2 ใช้”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สร้างสถานศึกษาที่รู้สึก... “ปลอดภัย”(safety)</li> <li>- สร้างสถานศึกษาที่..... “สงบ” (calm)</li> <li>- สร้างสถานศึกษาที่มี..... “ความหวัง” (Hope)</li> </ul>	<p>5. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยภารกิจอาหารปรุงสุก ร้อน สะอาด อาหารครบ 5 หมู่ และผัก ผลไม้ ออกกำลังกาย และนอนหลับให้เพียงพอ</p> <p>6. กรณีนักเรียนขาดเรียนหรือถูกกักตัว ควรติดตาม ความเป็นที่นักเรียนเรียนอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>7. หลีกเลี่ยงการล้อเลียนความผิดปกติหรืออาการไม่สบายของเพื่อน</p> <p><b>ผู้ปกครอง</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้</li> <li>สังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากมีอาการทางเดินหายใจ อย่างไม่ค่อยดีขึ้น ให้รีบพาไปพบแพทย์</li> <li>จัดหาของใช้ส่วนตัวให้บุตรหลาน</li> <li>จัดหาอุปกรณ์ป้องกันโรคและการล้างมือ กำกับให้ บุตรหลานปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรค อย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อย ๆ สวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล</li> </ol> <p>5. ดูแลสุขภาพบุตรหลาน จัดเตรียมอาหารปรุงสุก ใหม่</p> <p>6. กรณีมีการจัดการเรียนการสอนทางไกล ออนไลน์ ผู้ปกครองควรให้ความร่วมมือกับครูในการดูแล จัดการเรียนการสอนแก่นักเรียน</p>

# บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)		แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
<p>6. การบริหารการเงิน</p>	<p>- สร้างสถานศึกษาที่..... “เข้าใจ เห็นใจและให้โอกาส” (De-stigmatization)</p> <p>- ใช้ศักยภาพสถานศึกษา และชุมชน (Efficacy) เช่น ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน แบ่งปันทรัพยากรในชุมชน</p> <p>- ใช้สายสัมพันธ์ในสถานศึกษา (Connectedness)</p> <p>10. มีการกำกับ ติดตามให้มีการดำเนินงานอย่างเคร่งครัด</p>	<p>1. ประสานงานและแสวงหาแหล่งทุนและการสนับสนุนจากหน่วยงานองค์กร หรือภาคเอกชน</p> <p>2. พิจารณาสรรหาบุคลากรเพิ่มเติมในการดูแลนักเรียนและการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานศึกษา</p>	<p><b>แม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้</li> <li>2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ให้หยุดปฏิบัติงาน และรีบไปพบแพทย์ทันที</li> <li>3. ล้างมือบ่อย ๆ ก่อน – หลังปรุงและประกอบอาหาร ขณะจำหน่ายอาหาร หลังสัมผัสสิ่งสกปรก</li> <li>4. ขณะปฏิบัติงานของผู้สัมผัสอาหาร ต้องสวมหมวกคลุมผม ผ้ากันเปื้อน ถุงมือ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และปฏิบัติตามสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง</li> <li>5. ปกปิดอาหาร ใส่ถุงมือ และใช้ที่คีบหยิบจับอาหาร</li> <li>6. จัดเตรียมอาหารปรุงสุกใหม่ ให้ทันนักเรียนกิน ภายในเวลา 2 ชั่วโมง</li> <li>7. ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ต้องใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเองและปฏิบัติตามขั้นตอนการทำงานที่ถูกต้อง</li> </ol>
	<p>1. พิจารณาการใช้งานงบประมาณของสถานศึกษาหรือการป้องกันโรคโควิด 19 ตามความจำเป็นและเหมาะสม</p>		

# บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
	<p>2. จัดทำวัสดุอุปกรณ์ป้องกันโรคโควิด 19 สำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา</p>	<p><b>ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม</b></p> <p>1. <b>ห้องเรียน</b> สถานที่สำหรับการจัดการเรียนสอน ห้องปฏิบัติการต่าง ๆ ภายในสถานศึกษา ห้องประชุม ห้องพักครู โรงยิม โรงอาหาร ห้องสมุด ห้องส้วม เป็นต้น ให้ความสำคัญกับการทำความสะอาดป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อย่างเคร่งครัด ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างส่วนบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</li> <li>b. มีการทำความสะอาดเรียน การเรียนกลุ่มย่อย</li> <li>c. จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท และทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์การเรียนทุกครั้ง และจุดสัมผัสเสี่ยง ก่อน - หลังใช้งาน</li> <li>d. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือ</li> <li>e. จำกัดจำนวนผู้ใช้งานหรือลดระยะเวลาทำกิจกรรมหรือพัลลอมเวลา</li> </ul> <p><b>2. โรงอาหาร</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>f. จัดบริการอาหาร เน้นป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น อาหารปรุงสุกเร็วสุกใหม่ทุกครั้ง</li> <li>g. พิจารณาทางเลือกรูปแบบโรงอาหารที่สามารถเตรียมอาหารกลางวัน (Lunch box) ให้นักเรียน</li> </ul>

## บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		<p><b>3.สถานที่ประพม์</b></p> <p>h. หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างในการประพม์ ให้นักเรียนประพม์ในห้องเรียน โดยนั่งที่โต๊ะเรียน เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของน้ำลายละอองน้ำ หรือ เชื้อโรคสู่ผู้อื่นตามขั้นตอนการประพม์</p> <p><b>4.สระว่ายน้ำ</b></p> <p>i. หลีกเลี่ยงหรืองดการจัดการเรียนการสอนในสระว่ายน้ำ กรณีรัฐบาลมีการผ่อนปรนมาตรการควบคุมโรค ให้มี การคัดกรองเบื้องต้นหรือเฝ้าระวัง กำกับดูแลและ ปฏิบัติตามคำแนะนำของระบบสมาชิกอย่างเคร่งครัด ตรวจสอบคุณภาพน้ำในสระทุกวัน และกำหนด มาตรการก่อนลงสระว่ายน้ำ</p> <p><b>5.ห้องพยาบาล</b></p> <p>j. จัดหาครูหรือเจ้าหน้าที่ เพื่อดูแลนักเรียน ในกรณีที่มี นักเรียนป่วยมาอนพักรอผู้ป่วยรองรับ และมีการ บันทึกรายชื่อและอาการของนักเรียนที่ป่วย</p> <p>k. จัดให้มีพื้นที่หรือห้องแยกอย่างชัดเจน ระหว่างนักเรียน ป่วยจากอาการใช้วัดกับนักเรียนป่วยจากสาเหตุอื่น ๆ</p> <p><b>6.ห้องนอนเด็กเล็ก</b></p> <p>l. ทำความสะอาดเครื่องนอน และผ้ากันเปื้อนทุกวัน อุปกรณ์ของใช้ของเล่น ตู้เก็บของส่วนบุคคล และ จุดสัมผัสเสี่ยงร่วม เป็นประจำทุกวัน</p> <p>m. จัดให้มีพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ของเด็กรายบุคคลยึด หลักเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</p>



## บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		<p>ก. มิและใช้ของใช้ส่วนตัว เช่น ไม่ใช้ของใช้ร่วมกัน</p> <p>o. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครูและนักเรียน</p> <p>p. มีการระบายอากาศที่ดี อากาศถ่ายเทสะดวก</p> <p>q. จัดอุปกรณ์การส่งเสริมพัฒนาการเด็กให้เพียงพอ</p> <p>r. อัตราส่วนของครูหรือผู้ดูแลเด็กหรือพี่เลี้ยงต่อเด็กเล็ก 1 : 5-8 ในการดูแลเด็กตลอดทั้งวัน</p> <p><b>7.รถรับ - ส่งนักเรียน</b></p> <p>s. ทำความสะอาดรถรับนักเรียนและบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยง</p> <p>t. นักเรียนที่ใช้บริการรถรับนักเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย</p> <p>u. การจัดที่นั่งบนรถรับนักเรียน ควรจัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</p> <p>v. ก่อนและหลังให้บริการรับนักเรียนแต่ละรอบ ควรเปิดหน้าต่าง ประตู ระบายอากาศ ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก</p> <p>w. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ</p> <p><b>8.หอพักนักเรียน</b></p> <p>x. มีการตรวจคัดกรองตัวอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคน ก่อนเข้าหอพัก และสังเกตอาการเสี่ยง หากพบผู้มีอาการเสี่ยง ต้องรีบแจ้งครูหรือผู้ดูแลหอพัก และแจ้งประธานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป</p>

## บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		<p>y. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมืออย่างเพียงพอและทั่วถึง</p> <p>z. ดูแลสุขลักษณะความสะอาดของอาคาร ห้องต่าง ๆ ภายในอาคาร ด้วยน้ำยาทำความสะอาดตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์</p> <p>aa. จัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 - 2 เมตร</p> <p>bb. จัดให้มีการระบายอากาศที่ดีให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง</p> <p>cc. มิใช่ใช้ของใช้ส่วนตัว เช่น ไม่ใช้ของใช้ร่วมกัน เช่น ผ้าเช็ดตัว ผ้าปู ที่นอน ปลอกหมอน งานขาม ช้อน ส้อม แก้วน้ำ เป็นต้น</p> <p>dd. ภาชนะบรรจุน้ำดื่มต้องสะอาด มีฝาปิด ควรมีทางเขรินหรือก๊อกน้ำ ไม่ควรใช้การจ้วงตักโดยตรง และต้องล้างทำความสะอาดด้วยน้ำยาล้างภาชนะ ภายในและภายนอกทุกวัน</p> <p>ee. หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมหรือจับกลุ่มบุคคลใกล้ชิดกับผู้อื่นในพื้นที่ส่วนรวมภายในอาคาร</p> <p>ff. ควบคุมดูแลการจัดการขยะทั่วไป</p> <p>gg. กำกับดูแลตรวจสอบการปฏิบัติให้เป็นสุขอนามัยทั่วตัว</p>

## บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		<p>มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรณีเกิดการระบาด (เมื่อพบผู้ป่วยยืนยันอย่างน้อย 1 ราย ที่คิดว่าอาจมีการแพร่กระจายเชื้อในสถานศึกษา)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ปิดสถานศึกษา/ชั้นปี/ชั้นเรียน เพื่อทำความสะอาดเป็นระยะเวลา 3 วัน</li> <li>2) ประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สำนองคัดกรองนักเรียน และบุคลากรทุกคน บริเวณทางเข้าสถานศึกษา และดำเนินการขั้นตอนที่กำหนด หากพบผู้เข้าเกณฑ์สอบสวน (PUI) ให้เก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจหาเชื้อ</li> <li>3) ผู้สัมผัสกลุ่ม High risk ให้ดำเนินการเก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจเชื้อ</li> <li>4) ผู้สัมผัสกลุ่ม Low risk ไม่ต้องเก็บตัวอย่าง แต่ให้แยกตัวอยู่ที่บ้าน และรายงานอาการ (Self-report) ทุกวัน หากพบมีอาการเข้าเกณฑ์ PUI ให้ดำเนินการแยกรองผู้ป่วย PUI</li> <li>5) เมื่อเปิดเรียน ให้มีการคัดกรองใช้ทุกวัน หากพบมีอาการเข้าได้กับ PUI ให้เก็บตัวอย่าง และพิจารณาความเสี่ยงเพื่อตัดสินใจว่าจะให้ผู้ป่วยดูอาการที่บ้าน หรือต้องแยกตัวในโรงพยาบาล</li> <li>6) ทมสอบสวนโรคที่การติดตามผู้สัมผัสทุกวัน จนครบกำหนด(ที่มา: กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข)</li> </ol> <p><b>การกำกับ ติดตาม และรายงานผล</b></p> <p>สถานศึกษา คณะกรรมการสถานศึกษา และหน่วยงานสาธารณสุขที่ดูแลสถานศึกษา ควรมีการกำกับ ติดตาม ทบทวนการดำเนินงานให้สอดคล้องตามแนวปฏิบัติ สถานการณ์ และบริบทพื้นที่อย่างต่อเนื่อง กรณีพบผู้มีอาการเสี่ยงหรือป่วย ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันที และรายงานต่อผู้บริหาร ผู้เกี่ยวข้อง</p>

สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน

สร้างเกราะป้องกัน  
**ไวรัสโคโรนา**  
 ด้วยการล้างมือ

**ต้องล้างมือทุกครั้ง**  
 ด้วยน้ำและสบู่หรือใช้เจลล้างมือ  
 เมื่อสัมผัสสิ่งสกปรก

หากมีข้อสงสัยสอบถามได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

**5 อาการ**  
**สัญญาณเตือน**  
**ไวรัสโคโรนา**

มีไข้ เจ็บคอ ไอ  
 น้ำมูกไหล เหนื่อยหอบ

ในกรณีที่มีไข้ ร่วมกับ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก และเดินทางมาจากพื้นที่ระบาด หรือสัมผัสผู้ป่วยที่เดินทางมาจากพื้นที่ระบาด ควรรีบไปพบแพทย์ กักตัว

\*หากมีข้อสงสัยสอบถามได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422\*

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ส่วนงานผู้พิมพ์: www.thaihealth.go.th | unicef | สสส

แปรงฟันอย่างบ่อย วันละ 2 ครั้ง ตอนเช้าและก่อนนอน  
 นาน 2 นาที เพื่อป้องกันฟันผุและกำจัดคราบจุลินทรีย์ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์  
 งดกินอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง เพื่อป้องกันฟันผุจากกรดในปากที่สุด

**2.2.2**  
**รหัสลับฟันดี**

การดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองอย่างสม่ำเสมอ แต่ทำตาม 2-2-2 รหัสลับฟันดี ก็ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการป้องกันฟันผุแล้ว

ใช้ไหมขัดฟัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง หลังแปรงฟัน เพิ่มประสิทธิภาพความสะอาดยิ่งขึ้น

กรมอนามัย สำนักงานสาธารณสุข

**ข้อเสนอแนะการใช้หน้ากากผ้าอย่างถูกวิธี**

เด็กเล็กอย่างหนู ควรสวมหน้ากากอนามัยหรือไม่?

**คำแนะนำ**

เด็กอายุต่ำกว่า 5 ขวบ ไม่ควรสวมหน้ากาก เพราะมีความเสี่ยงที่จะหายใจไม่ออกเนื่องจาก ช่องทางเดินหายใจของเด็กกว่าผู้ใหญ่ แต่หาที่มีความจำเป็นต้องออกนอกบ้าน แนะนำให้สวมหน้ากาก หรือหน้ากากโรคอย่างที่ได้มาตรฐาน

เด็กอายุ 5 ขวบขึ้นไป แนะนำให้สวมหน้ากากได้ เมื่อจำเป็นต้องออกนอกบ้าน

\*การมีมือที่สะอาดในเด็กที่ดีที่สุดคือ ผู้เลี้ยงดูเด็กต้องสวมหน้ากาก และล้างมือก่อนสัมผัสเด็กทุกครั้ง

กรมอนามัย

# สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)

## สร้างเกราะป้องกัน "ไวรัสโคโรนา"

### ด้วยการล้างมือ 7 ขั้นตอน

1. ตู่มือ
2. ทุบฝ่ามือ ขยี้มือ
3. ฝ่ามือถู ฝ่ามือ แล่มือถูข้อมือ
4. หลังฝ่ามือ ถูข้อมือ
5. ถูนิ้วหัวแม่มือ โยงข้อนิ้วหัวแม่มือ
6. ปลายนิ้วมือ ถูขวางฝ่ามือ
7. ถูรอบข้อมือ

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ดาวน์โหลดคู่มือฟรีที่ [www.multimedia.nammi.moph.go.th](http://www.multimedia.nammi.moph.go.th) | โทรศัพท์ : 28 อ.ศ. 2563

## มารู้จักฟัน สมบัติอันล้ำค่า กันเถอะ

**ฟันน้ำนม**  
เป็นฟันชุดแรกของเรานี้ ทั้งหมด 20 ซี่ เริ่มขึ้นแรก เมื่ออายุได้ประมาณ 6 เดือน และขึ้นครบเมื่ออายุประมาณ 2-3 ปี

**ฟันถาวร**  
เป็นฟันชุดที่สองและเป็น "ชุดสุดท้าย" มีทั้งหมด 32 ซี่ ฟันถาวรเริ่มขึ้นเมื่ออายุประมาณ 6 ปี

**"ฟัน"** เป็นเนื้อเยื่อแข็งแข็งแรงที่สุดในร่างกายและธรรมชาติสร้างขึ้นมา เพื่อให้ใช้งานได้ดีตลอดชีวิต เราขอบคุณวาฬฟันทำหน้าที่อธิบายน้ำ

- ช่วยในการบดเคี้ยวอาหาร
- ช่วยทำให้พูดและออกเสียงชัดเจน เช่น ฟ ฟ ห ส
- ช่วยทำให้ใบหน้าดูสวยงาม เป็นลูกสาวที่สวย
- ฟันบ่มรักษาฟันที่ถาวรที่แท้ ให้ฟันถาวรขึ้นตรงตามตำแหน่ง

ดังนั้น เราจึงต้องทะนุถนอมดูแลรักษาฟันของเราให้ดีเท่าเทียมกับสมบัติอันล้ำค่า เนื่องจากร่างกายของเราไม่สามารถสร้างฟันขึ้นมาทดแทนฟันที่สูญเสียหรือถูกถอนได้

## ฟัน... สมบัติอันล้ำค่า

"ฟันดี ไม่มีขาย อยากได้ต้องดูแล"

สำนักทันตสาธารณสุข

## SOCIAL DISTANCING ระยะห่างทางสังคม

### ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมป้องกัน COVID-19

<p><b>❌</b> จัดกิจกรรมทางสังคม การประชุมขนาดใหญ่ หรือกิจกรรมอื่นที่รวมคนจำนวนมาก</p>	<p><b>✅</b> เปลี่ยนเป็นการทำงานที่บ้าน หรือ Work From home</p>
<p><b>❌</b> ฝ่าฝืนใช้ลิฟต์ในอาคาร</p>	<p><b>✅</b> เปลี่ยนเป็นบันได หรือห่าง 6 ฟุต หรือ 2 เมตร</p>
<p><b>❌</b> ระวัง การสัมผัสสิ่งของสาธารณะ เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู ลิฟต์ เป็นต้น</p>	<p><b>✅</b> เปลี่ยนเป็นล้างมือด้วยสบู่ประมาณ 20 วินาที หรือเจลแอลกอฮอล์ 70% ทุกครั้งที่สัมผัส</p>
<p><b>❌</b> งดการรวมกลุ่มกันในที่สาธารณะที่มีคนแออัด เช่น โรงมหรสพ ห้างสรรพสินค้า สนามมวย เป็นต้น</p>	<p><b>✅</b> เปลี่ยนเป็นออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ทำกิจกรรมกลางแจ้ง เช่น ปลูกผัก ทำอาหาร ว่ายน้ำ เดิน วิ่ง ว่ายน้ำ เป็นต้น</p>

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

สถานศึกษาที่คิดค้นตัวหนังสือ COVID-19

โทรศัพท์ : 28 อ.ศ. 2563

## การเก็บแปรงสีฟันที่ถูกต้อง

- ล้างแปรงที่สะอาดหลังใช้
- เก็บแปรงในแนวตั้ง อากาศถ่ายเทได้ดี
- วางหัวแปรงไม่ให้สัมผัสกับหัวแปรงของผู้อื่น

## แปรงสีฟันดี... มีระยะห่าง - TOOTHBRUSH - SOCIAL DISTANCING

การเก็บแปรงสีฟันให้ห่างกันและแยกใช้ยาสีฟัน ช่วยลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

### โควิด - 19 ป้องกันได้ด้วยตัวคุณเอง

ข้อมูลโดย : สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย  
ศูนย์ปฏิบัติการควบคุมโรคในสถานศึกษาและสาธารณสุข | โทรศัพท์ 31 อ.ศ. 2563

1422 ทั่วประเทศ

# สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)

## ล้างมือ ๑๐๐๐

### ลดความเสี่ยงการติดเชื้อไวรัสโคโรนา

**ล้างมือทุกครั้ง**

- เมื่อไอ จาม หรือสัมผัสผู้ป่วย
- ก่อนกินอาหาร
- หลังมือมีการจับ สัมผัสวัตถุ อุปกรณ์ ที่ใช้ร่วมกัน เช่น ลูกบิดประตู
- เมื่อมือสกปรก
- สิ่งโรงเรียนและ กลับจากนอกบ้าน
- เมื่อสัมผัสสัตว์เลี้ยง
- ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล
- หลังจาก ทิ้งส้วม

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี  
 ๓๓ ซ.ปิ่นเกล้า ถนนราชดำเนินใน กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

## การป้องกัน ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับผู้บริหาร/เจ้าของโรงเรียน

นักเรียน ผู้ปกครอง บุคลากรโรงเรียน หากมีโรคทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ หรืออาการอื่นที่คล้ายคลึงกัน ให้หยุดเรียนหยุดปฏิบัติงาน 14 วัน หรือจนกว่าแพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุขจะอนุญาต

**จัดให้มีการทำความสะอาด อาคารสถานที่และภายนอก**

- ทำความสะอาดในโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอ
- เปิดประตูหน้าต่าง เพื่อระบายอากาศ
- แจ้งบุคลากรที่มีอาการให้พักรักษาตัว
- บุคลากรที่มีการใช้ร่วมกัน เช่น ลิฟต์ ลิ้นชัก ลิ้นชักน้ำดื่ม

**รถรับ-ส่ง**  
 ขณะส่งนักเรียนกลับบ้าน ควรทำความสะอาดรถรับ-ส่ง

**รถโดยสารสาธารณะ**  
 หากจำเป็นต้องใช้บริการรถโดยสารสาธารณะ ควรทำความสะอาดรถโดยสารสาธารณะ

**รถโรงเรียน**  
 รถโรงเรียนควรทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน

**รถจักรยานยนต์**  
 รถจักรยานยนต์ควรทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน

**รถจักรยานยนต์รับจ้าง**  
 รถจักรยานยนต์รับจ้างควรทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน

**รถจักรยานยนต์สาธารณะ**  
 รถจักรยานยนต์สาธารณะควรทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน

**รถจักรยานยนต์ส่วนบุคคล**  
 รถจักรยานยนต์ส่วนบุคคลควรทำความสะอาดเป็นประจำทุกวัน

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี  
 ๓๓ ซ.ปิ่นเกล้า ถนนราชดำเนินใน กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

## การป้องกัน เชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับผู้ปกครองในการดูแลบุตรหลาน

**ติดตาม**  
 บุตรหลานมีอาการไอ จาม มีไข้สูง หายใจเหนื่อยหอบ หรือมีอาการอื่นที่คล้ายคลึงกันให้รีบปรึกษาแพทย์

**สร้างสุขนิสัยที่ดี**  
 ให้ความสำคัญเรื่องการรักษาความสะอาด

**ล้างมือ**  
 ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำสะอาด

**สวมหน้ากาก**  
 สวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในที่สาธารณะ

**หลีกเลี่ยง**  
 หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่นในที่สาธารณะ

**งดเยี่ยม**  
 งดเยี่ยมผู้ป่วยในสถานพยาบาล

**งดเลี้ยงสัตว์**  
 งดเลี้ยงสัตว์ในสถานประกอบการ

**งดเลี้ยงปลา**  
 งดเลี้ยงปลาในตู้ปลา

**งดเลี้ยงไก่**  
 งดเลี้ยงไก่ในคอก

**งดเลี้ยงหมู**  
 งดเลี้ยงหมูในคอก

**งดเลี้ยงวัว**  
 งดเลี้ยงวัวในคอก

**งดเลี้ยงควาย**  
 งดเลี้ยงควายในคอก

**งดเลี้ยงม้า**  
 งดเลี้ยงม้าในคอก

**งดเลี้ยงงู**  
 งดเลี้ยงงูในคอก

**งดเลี้ยงเต่า**  
 งดเลี้ยงเต่าในคอก

**งดเลี้ยงสัตว์อื่น**  
 งดเลี้ยงสัตว์อื่นในคอก

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี  
 ๓๓ ซ.ปิ่นเกล้า ถนนราชดำเนินใน กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

## การป้องกัน ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับครู ผู้ดูแลนักเรียน

**1. ติดตาม**  
 ติดตามอาการของนักเรียน หากมีอาการไอ จาม มีไข้สูง หายใจเหนื่อยหอบ ให้ผู้ปกครองรีบติดต่อแพทย์

**2. ให้ความรู้**  
 ให้ความรู้ คำแนะนำ และจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของ COVID-19

**3. สวมหน้ากาก**  
 สวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในที่สาธารณะ

**4. ล้างมือ**  
 ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำสะอาด

**5. หลีกเลี่ยง**  
 หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่นในที่สาธารณะ

**6. งดเยี่ยม**  
 งดเยี่ยมผู้ป่วยในสถานพยาบาล

**7. งดเลี้ยงสัตว์**  
 งดเลี้ยงสัตว์ในสถานประกอบการ

**8. งดเลี้ยงปลา**  
 งดเลี้ยงปลาในตู้ปลา

**9. งดเลี้ยงไก่**  
 งดเลี้ยงไก่ในคอก

**10. งดเลี้ยงหมู**  
 งดเลี้ยงหมูในคอก

**11. งดเลี้ยงวัว**  
 งดเลี้ยงวัวในคอก

**12. งดเลี้ยงควาย**  
 งดเลี้ยงควายในคอก

**13. งดเลี้ยงม้า**  
 งดเลี้ยงม้าในคอก

**14. งดเลี้ยงงู**  
 งดเลี้ยงงูในคอก

**15. งดเลี้ยงเต่า**  
 งดเลี้ยงเต่าในคอก

**16. งดเลี้ยงสัตว์อื่น**  
 งดเลี้ยงสัตว์อื่นในคอก

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี  
 ๓๓ ซ.ปิ่นเกล้า ถนนราชดำเนินใน กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

## การป้องกัน ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับเด็กวัยเรียน

- ถ้ามีอาการไอ จาม เป็นหวัด มีไข้ หรือหายใจเหนื่อยหอบ ให้หยุดเรียน
- หมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำสะอาด
- ล้างมือด้วยสบู่และน้ำบ่อยๆ หรือเจลแอลกอฮอล์
- กินอาหารที่ปรุงสุกๆ ร้อนๆ
- หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัด หรือสถานที่ที่มีคนจำนวนมาก หากจำเป็นควรสวมหน้ากาก
- หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัด หรือสถานที่ที่มีคนจำนวนมาก หากจำเป็นควรสวมหน้ากาก
- ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี  
 ๓๓ ซ.ปิ่นเกล้า ถนนราชดำเนินใน กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

# สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)

## “ไม่ดีด ไม่พ่น”

ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา-19

สถานศึกษาที่โดน 100,000 เชื้อไวรัสแล้ว

สถานที่ที่ผู้คนหนาแน่น ที่ปิดประตู-หน้าต่าง น้อยมาก

- สนาม
- ตลาด
- ห้องเรียน / โรงอาหาร
- ห้างสรรพสินค้า

5 สิ่งที่คุณควรระวัง

อย่าความใกล้ชิดกับผู้ที่มาจากสถานศึกษา หรือสัมผัสสิ่งของที่มาจากนักเรียนจากบ้านมาซึ่งโรงเรียนสถานศึกษา เช่น 1. ของส่วนตัว 2. เสื้อผ้า 3. ภาชนะใส่อาหาร

กรมควบคุมโรค สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 สมุทรสาคร สาขาสมุทรสาคร

Office of Disease Prevention and Control, Region 4, Saiburi

สายด่วน 1422

## Social Distancing สำหรับ 5 วันรุ่น

- อยู่บ้าน**
  - หากิจกรรมที่รอบหรือจัดท่าที่บ้าน
  - ลดคนมางานที่เข้าเป็นวง
- งดการใกล้ชิดผู้อื่น เว้นระยะห่าง 2 เมตร**
  - หลีกเลี่ยงคนละชั้น
  - งดการสัมผัส สวมหน้ากากตลอดเวลา
- หลีกเลี่ยงการสัมผัส**
  - อย่าสัมผัส แลกของแลก
  - ไม่ควรมือสัมผัสกับวัตถุอื่น ๆ ใดๆ มาก
- สวมหน้ากากทุกครั้ง**
  - เมื่อใกล้คนอื่นแบบห่าง
  - เมื่อออกนอกบ้าน
- อาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้า เมื่อกลับจากไปข้างนอก**
- ล้างมือก่อนสัมผัสใบหน้า หรือกินอาหาร**
- กินร้อน ช้อนกลางส่วนตัว แยกชุด**
  - ใช้ส่วนตัว

กรมอนามัย ส่งเสริมให้นักเรียน สุขภาพดี

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 สมุทรสาคร

Office of Disease Prevention and Control, Region 4, Saiburi

สายด่วน 1422

## แนวทางเตรียมความพร้อมของสถานศึกษา ทรเปิดภาคเรียน

ป้องกัน Covid-19

- มีมาตรการคัดกรองและเฝ้าระวัง**
  - คัดกรองนักเรียนก่อนเข้าสถานศึกษา
- ควบคุมสภาพแวดล้อมในสถานศึกษา**
  - ทำความสะอาดห้องเรียน
- ให้บุคลากรล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์อย่างเพียงพอ**
- งดให้มีการรวมตัวกัน**
- ทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสที่มีการใช้ร่วมกันบ่อย**
- ลดความแออัด ไม่จัดกิจกรรมที่มีการสัมผัสร่วมกัน**

กรุงเทพฯ - กรุงเทพมหานคร

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 สมุทรสาคร

Office of Disease Prevention and Control, Region 4, Saiburi

สายด่วน 1422

## วิธีเลือกซื้อเจลแอลกอฮอล์อย่างปลอดภัย

- ฉลาก**
  - มีฉลากชัดเจน
  - ชื่อผลิตภัณฑ์และชื่อการค้า
  - ประเภทของแอลกอฮอล์ ส่วนผสม ปริมาตร
  - ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ปริมาณสุทธิ น้ำหนักสุทธิ
  - ข้อมูลที่มีลักษณะเฉพาะตัวที่แตกต่างจากผู้อื่น
  - คำเตือน และคำเตือนภัย
- บรรจุภัณฑ์**
  - บรรจุในภาชนะที่ปิดสนิท
  - ป้องกันการหกของแอลกอฮอล์
  - ป้องกันการรั่วซึมของแอลกอฮอล์
- ผลิตภัณฑ์ที่ได้มาตรฐานและไม่หมดอายุ**
  - มีฉลากวันที่หมดอายุและเลขที่ผลิต
  - มีฉลากวันที่ผลิต
  - มีฉลากวันที่หมดอายุ
  - มีฉลากวันที่ผลิต
  - มีฉลากวันที่หมดอายุ
  - มีฉลากวันที่ผลิต
  - มีฉลากวันที่หมดอายุ
- ตรวจสอบเลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง**
  - ตรวจสอบเลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง
  - เลขที่ใบรับแจ้ง 10 หลัก (เช่น 10-10-10-10-10-10-10-10-10-10)
  - หรือ 13 หลัก (เช่น 10-10-10-10-10-10-10-10-10-10-10-10-10)
  - รหัสผลิตภัณฑ์และเลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง
  - เลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง
  - เลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง
  - เลขที่ใบรับแจ้งเครื่องสำอาง

หากพบผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมาย สามารถร้องเรียนได้ที่ สายด่วน อย. โทร.1556 (ในวันและเวลาราชการ)

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

Food and Drug Administration

เว็บไซต์: www.fda.go.th

LINE @FDA THAI

# สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)



## แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม

- กระทรวงสาธารณสุข <https://covid19.moph.go.th/>
- ไทยรัฐโควิด <https://www.facebook.com/thaimoph/>
- กรมอนามัย <https://www.anamai.moph.go.th/main.php?filename=covid19>
- กรมควบคุมโรค <https://stopcovid.anamai.moph.go.th/>
- กรมสุขภาพจิต <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/info.php>  
สายด่วน 1422
- สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา <https://www.dmh.go.th/covid19/>  
สายด่วน 1323 หรือสายเฉพาะสถานการณ์โควิด-19 โทร 089-3256158, 0893256160
- กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ [http://www.fda.moph.go.th/Pages/CV\\_Infographic.html](http://www.fda.moph.go.th/Pages/CV_Infographic.html)
- กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ <https://hss.moph.go.th/index2.php>

# รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ สอนรับสถานการณ์ COVID-19

## ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ สอนรับสถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
<b>ความรู้และการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคโควิด 19</b>		
9 วิธี หนีโควิด 19	Infographic	กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
How to..การรับมือโควิด 19 ในหน้าฝน	Infographic	<a href="https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/info.php">https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/info.php</a>
ป้องกันโควิด ล้าง เลี่ยง ลด	Infographic	
ทำไมต้องกักตัวเอง 14 วัน	VDO Clip	
10 พฤติกรรมเคยชิน เสี่ยง โควิด 19	VDO Clip	
หลัก 3ล ช่วยป้องกันโควิด 19	VDO Clip	
ดูแลบ้านให้ห่างไกลโควิด	VDO Clip	
นั่งห่างท่อน้อย..แต่ร่อยเหมือนเดิม Social distancing	VDO Clip	
คำแนะนำโรคโควิด 19	VDO Clip	
การป้องกันเชื้อไวรัส COVID-19 สำหรับผู้บริหาร/เจ้าของโรงเรียน	Infographic	กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข <a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19%203_Page_3.jpg">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19%203_Page_3.jpg</a>
การป้องกันเชื้อไวรัส COVID-19 สำหรับครูผู้ดูแลนักเรียน	Infographic	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19_Page_4.jpg">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19_Page_4.jpg</a>
การป้องกันเชื้อไวรัส COVID-19 สำหรับนักเรียน	Infographic	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19_Page_2.jpg">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19_Page_2.jpg</a>
การป้องกันเชื้อไวรัส COVID-19 สำหรับผู้ปกครอง	Infographic	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19_Page_1.jpg">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/info%20COVID-19_Page_1.jpg</a>

## รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

### ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์การสอบรอนรับสถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
ล้างมือ ลดความเสี่ยงการติดเชื้อไวรัสโคโรนา	Infographic	<a href="https://1th.me/YLoa4">https://1th.me/YLoa4</a>
แนวทางการป้องกันเชื้อไวรัสโคโรนา สำหรับเด็กวัยเรียน	Infographic	<a href="https://1th.me/9nDF0">https://1th.me/9nDF0</a>
มาตรการเตรียมความพร้อมโรงเรียนก่อนเปิดเทอม	Infographic	Youtube
ปลอดภัยจากโควิด 19	VDO Clip	Facebook website
STAY AT HOME อยู่บ้านอย่างไรให้พ้นดี (ฉบับวัยทีน)	Infographic	<a href="https://qr.go.page.link/XAsnC">https://qr.go.page.link/XAsnC</a>
กินอย่างไรให้ห่างไกล COVID - 19	Infographic	
Social Distancing สำหรับวัยรุ่น	Infographic	
20 เกม เล่นในบ้าน ดูแลจิตใจ ด้านภัย COVID-1	Infographic	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต
5 อย่าง ผู้ COVID - 19	Infographic	<a href="http://new.smartteen.net/Infographic">http://new.smartteen.net/Infographic</a>
COVID - 19 WAR	Infographic	
<b>สุขอนามัยส่วนบุคคลและการตรวจร่างกายเบื้องต้น</b>		
ชุดสื่อความรู้ด้านสุขภาพ	หนังสือ ไปสเตอร์	สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
เด็กไทยฉลาดรอบรู้ด้านสุขภาพ	Animation	<a href="https://qr.go.page.link/XAsnC">https://qr.go.page.link/XAsnC</a>
การตรวจร่างกาย 10 ทบปฏิบัติการรอบรู้สุขภาพ ตอนที่ 1-3	Animation	
ชุดสื่อเด็กไทยรอบรู้ ตอนที่ 1 กินพอดี เติบโตสมวัย สดใสแข็งแรง ตอนที่ 2 ปฏิบัติการ 2 2 รหัสลับพันดี ล้างมือ 7 ขั้นตอน พิธีโรค ตอนที่ 3 กระโดดโลดเต้น เล่นสนุก นอนหลับคุณภาพ และ ฉลาครอบรู้	Animation	
โรงเรียนสิ่งแวดล้อมปลอดภัย เด็กไทยสุขอนามัยดี	VDO/Animation	<a href="https://youtu.be/w6QcnUEgP8A">https://youtu.be/w6QcnUEgP8A</a>

## รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

### ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
เด็กไทยรอบรู้สุขภาพและการตรวจร่างกายเบื้องต้น	โปสเตอร์ แผ่นพับ	<a href="https://bit.ly/2Xxn15R">https://bit.ly/2Xxn15R</a>
กระโดดโลดเต้น เน้นหลับคุณภาพ และเวลาครอบครัว	VDO Clip	<a href="https://youtu.be/1rJCU_I_Wtw">https://youtu.be/1rJCU_I_Wtw</a>
กินพอดี เต็มอิ่มสุขภาพดีแข็งแรง	VDO Clip	<a href="https://youtu.be/1rJCU_I_Wtw">https://youtu.be/1rJCU_I_Wtw</a>
คู่มือการส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียน	คู่มือ/แนวทางการ	<a href="https://qgo.page.link/B37qt">https://qgo.page.link/B37qt</a>
คู่มือแผนการเรียนรู้การสอนเสียงตุลุดูตาม “คำสอนพ่อ” ด้านสุขภาพ 8 คุณธรรมหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	E-book	<a href="https://www.cgtoolbook.com/books026/">https://www.cgtoolbook.com/books026/</a>
คู่มือครอบครัวต้นแบบเสียงตุลุดูตามคำสอนพ่อคุณธรรม 8 ประการ ของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	E-book	<a href="https://www.cgtoolbook.com/books001/7/">https://www.cgtoolbook.com/books001/7/</a>
<b>โภชนาการ</b>		
หนังสือชุดความรู้ NuPETHS	E-book หนังสือ	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข <a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/NuPETHS_2563.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/NuPETHS_2563.pdf</a> <a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/NuPETHS/mobile/index.html">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/NuPETHS/mobile/index.html</a>
โปสเตอร์อาหาร 5 หมู่	Infographic โปสเตอร์	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_03.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_03.pdf</a> <a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_04.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_04.pdf</a>
Animation NuPETHS The Heroes	Animation DVD	<a href="https://www.youtube.com/channel/UC53ePfa14D3Z8Q2HxkjY03w">https://www.youtube.com/channel/UC53ePfa14D3Z8Q2HxkjY03w</a>
คู่มือนักจัดการนำหนักเด็กวัยเรียน (Smart Kids Coacher)	หนังสือ	<a href="https://1th.me/13oLU">https://1th.me/13oLU</a>
แนวทางการควบคุมป้องกันภาวะอ้วนในเด็กวัยเรียน	หนังสือ	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/planflat58.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/planflat58.pdf</a>
แนวทางการคัดกรองส่งต่อเด็กอ้วนกลุ่มเสี่ยง	หนังสือ	<a href="https://1th.me/00UYD">https://1th.me/00UYD</a>
แนวทางการจัดการคัดลดน้ำหนัก กินพอดี ไม่มีอ้วน	หนังสือ	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/eat_no_fat.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/eat_no_fat.pdf</a>



## รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ สองรับสถานการณ์ COVID-19

### ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้การสอบรองรับสถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
หนังสือผัก ผลไม้สี่รู้	หนังสือ	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/rainbow_of_fruits2.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/rainbow_of_fruits2.pdf</a>
คู่มือดูแลทันส่วยด้วยตัวเอง	หนังสือ	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/1920.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/1920.pdf</a>
เมนูไข่ สำหรับอาหารกลางวันเด็กวัยเรียน	หนังสือ	<a href="https://1th.me/wlaAm">https://1th.me/wlaAm</a>
แนวทางการจัดการอาหารกลางวันเด็กวัยเรียน เมนูอาหารจานเดียวทางเลือก	หนังสือ	<a href="https://1th.me/JXs9M">https://1th.me/JXs9M</a>
เมนูผักกินน้อย 4 ภาค	หนังสือ	<a href="https://1th.me/MIVOE">https://1th.me/MIVOE</a>
โปสเตอร์ดีมีนมเจ็ด ยอดความสูง	โปสเตอร์ Infographic	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_06.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_06.pdf</a>
โปสเตอร์ข้อปฏิบัติวัยเรียนวัยรุ่น	โปสเตอร์ Infographic	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/pictures/FBDGs05.jpg">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/pictures/FBDGs05.jpg</a>
แผ่นพับ ผัก ผลไม้สี่รู้	แผ่นพับ JPG File	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/fruit_rollup58.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/fruit_rollup58.pdf</a>
แผ่นพับ ดีมีนมเจ็ด ยอดความสูง	แผ่นพับ JPG File	<a href="https://1th.me/oG9gi">https://1th.me/oG9gi</a> <a href="https://1th.me/saqhd">https://1th.me/saqhd</a>
แผ่นพับ โฆษณาการตี สูงตีผสมส่วน	แผ่นพับ JPG File	<a href="https://1th.me/EFBhv">https://1th.me/EFBhv</a> <a href="https://1th.me/R02YE">https://1th.me/R02YE</a>
แผ่นพับ สูงตีผสมส่วน ไม่อ้วน ผอม เตี้ย	แผ่นพับ JPG File	<a href="https://1th.me/jPCF6">https://1th.me/jPCF6</a> <a href="https://1th.me/QFwxJ">https://1th.me/QFwxJ</a>
แผ่นพับ โตขึ้นทันที ไม่อ้วน	แผ่นพับ JPG File	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/studen_slim_rollup58.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/studen_slim_rollup58.pdf</a>
Roll up อาหารเข้า อาหารสมอง	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/19GJz">https://1th.me/19GJz</a>
Roll up อ่านฉลาด อย่างฉลาด	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/3LI6o">https://1th.me/3LI6o</a>
Roll up ชุดความรู้ อยากรู้สูงลองมาकिनดู	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/3rXam">https://1th.me/3rXam</a>
Roll up ชุดความรู้ สูงตีผสมส่วน	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/jeadc">https://1th.me/jeadc</a>

# รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

## ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์การระบาดของ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
Roll up มาตรการฐานการจัดอาหารกลางวันต่อสัปดาห์	Roll up PDF File	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_05.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_05.pdf</a>
Roll up ตีมนมเจ็ด ยอดความสูง	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/PZlhw">https://1th.me/PZlhw</a>
Roll up กินไข่ทุกวัน กินได้ทุกวัน	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/2jc7u">https://1th.me/2jc7u</a>
Roll up 60 นาที กระโดดโลดเต้น เล่นสนุก	Roll up PDF File	<a href="https://1th.me/3JO1T">https://1th.me/3JO1T</a>
นิทรรศการกินอาหารตามปริมาณที่แนะนำ ใน 1 วัน เด็กวัยเรียนสูงสุดส่วน ไม่อ้วน ผอม เตี้ย	PDF File	<a href="https://1th.me/rbAqp">https://1th.me/rbAqp</a>
นิทรรศการนมชุดความรู้ NuPETHS	PDF File	<a href="https://1th.me/Ou7E2">https://1th.me/Ou7E2</a>
นิทรรศการการทบทวนโภชนาการเด็กวัยเรียน	PDF File	<a href="https://1th.me/c134e">https://1th.me/c134e</a>
Backdrop ทำอย่างนี้ สูงดีสมส่วน	PDF File	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_02.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_02.pdf</a>
Backdrop การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ	PDF File	<a href="http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_01.pdf">http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_01.pdf</a>
Xstand Nupeths นม ไข่ ผัก	PDF File	<a href="https://1th.me/eTHEm">https://1th.me/eTHEm</a>
Xstand Nupeths นมสด	PDF File	<a href="https://1th.me/QwYs">https://1th.me/QwYs</a>
<b>ทันตสุขภาพ</b>		
มารู้จักฟันกันเถอะ	แผ่นพับ	สำนักงานทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข <a href="https://is.gd/EkU4Fx">https://is.gd/EkU4Fx</a>
มาแปรงฟันกันเถอะ	VDO Clip	<a href="https://is.gd/Uncyg5">https://is.gd/Uncyg5</a> <a href="https://is.gd/vwqmu">https://is.gd/vwqmu</a>
การดูแลทำความสะอาดช่องปาก	VDO Clip	<a href="https://is.gd/OY92IE">https://is.gd/OY92IE</a>
ถ้าเกิดอุบัติเหตุจนฟันแท้หลุด ควรทำยังไงดี?	VDO Clip	<a href="https://is.gd/Rz7eKV">https://is.gd/Rz7eKV</a>



# รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับการรณรงค์ COVID-19

ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์การระบาดของ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
ฟื้นลมบัติน้ำคำ	VDO Clip	<a href="https://is.gd/jqUZns">https://is.gd/jqUZns</a>
หนูจะกินอะไรดี	นิทาน	<a href="https://is.gd/CcKHuB">https://is.gd/CcKHuB</a>
อย่าลืมแปรงฟันก่อนนอน	นิทาน	<a href="https://is.gd/19oJ3F">https://is.gd/19oJ3F</a>
นมดีต่อรอยัง	นิทาน	<a href="https://is.gd/5oTred">https://is.gd/5oTred</a>
เกิดอุบัติเหตุจนฟันเสียหาย ดูแลได้มั้ย?	Infographic	<a href="https://is.gd/RRAHKp">https://is.gd/RRAHKp</a>
ชุดความรู้ส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	Infographic	<a href="https://is.gd/EKU4Fx">https://is.gd/EKU4Fx</a>
รู้ทันน้ำตาลแฝง	Infographic	<a href="https://is.gd/opv7d2">https://is.gd/opv7d2</a>
น้ำตาลศัตรูร้ายทำลายฟัน	Infographic	<a href="https://is.gd/bXaXQG">https://is.gd/bXaXQG</a>
ความรู้พื้นฐานเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปาก	Infographic	<a href="https://is.gd/ETurA3">https://is.gd/ETurA3</a>
ฟันดีสุขภาพดี	Infographic	<a href="https://is.gd/VQ6v1E">https://is.gd/VQ6v1E</a>
แปรงดี ฟันดี	Infographic	<a href="https://is.gd/EKU4Fx">https://is.gd/EKU4Fx</a>
การใช้ยาสีฟันในเด็ก	Infographic	<a href="https://is.gd/jehSHu">https://is.gd/jehSHu</a>
การแปรงฟันที่ถูกต้อง	Infographic	<a href="https://is.gd/zGJw6p">https://is.gd/zGJw6p</a>
อ่านก่อนซื้อ คิดก่อนใช้ คนไทยสุขภาพดี	Infographic	<a href="https://is.gd/qDVLN1">https://is.gd/qDVLN1</a>

## รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

### ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
<p>ชุดความรู้ส่งเสริมสุขภาพช่องปากเด็กวัยเรียน จำนวน 7 เรื่อง</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. มารู้จักฟัน สมบัติอันล้ำค่ากันเถอะ</li> <li>2. 222 รหัสลับฟันดี</li> <li>3. แปรงดี ฟันดี</li> <li>4. แปรงฟันถูกวิธี ฟันดีไม่มีผุ</li> <li>5. มาตรวจว่าฉันแปรงฟันสะอาดหรือยังนะ?</li> <li>6. นำตาลดัดร้ายทำลายฟัน</li> <li>7. จัดฟันแฟชั่น สวยหรือเสี่ยง</li> </ol>	Infographic	<a href="https://is.gd/EkU4Fx">https://is.gd/EkU4Fx</a>
ชุดข่าวโม่งฟันดี ตอน โรคฟันผุ	VDO Clip	<a href="https://is.gd/EOArUT">https://is.gd/EOArUT</a>
ชุดข่าวโม่งฟันดี ตอน โรคเหงือกอักเสบ	VDO Clip	<a href="https://is.gd/WuuGxL">https://is.gd/WuuGxL</a>
ชุดรู้ลับฟันดีสุขภาพดี 2-2-2	VDO Clip	<a href="https://is.gd/mOOZdC">https://is.gd/mOOZdC</a>
การดูแลความสะอาดช่องปาก	VDO Clip	<a href="https://is.gd/OY92IE">https://is.gd/OY92IE</a>
วิธีเช็คความสะอาดของฟัน	VDO Clip	<a href="https://is.gd/gWwsak">https://is.gd/gWwsak</a>
ต้องไปทบทวนฟันทุก 6 เดือนไหม	Infographic	<a href="https://is.gd/hXOCL0">https://is.gd/hXOCL0</a>
จัดฟันแฟชั่น สวยหรือเสี่ยง	Infographic	<a href="https://is.gd/EkU4Fx">https://is.gd/EkU4Fx</a>
เกิดอุบัติเหตุจนฟันเสียหาย รักษาได้ไหม	Infographic	<a href="https://is.gd/RRAHKp">https://is.gd/RRAHKp</a>
ถ้าเกิดอุบัติเหตุจนฟันแท้หลุด ควรทำยังไงดี?	VDO Clip	<a href="https://is.gd/RzZeKV">https://is.gd/RzZeKV</a>
ชุดเรียนรู้รู้กลางเพื่อเด็กไทยมีโภชนาการสมวัยเรื่องสุขภาพ	ชุดการเรียนรู้	<a href="https://is.gd/9oS7jS">https://is.gd/9oS7jS</a>
ช่องปากบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์		

## รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

### ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
ชุดเรียนรู้กลางเพื่อเด็กไทยมีโภชนาการสมวัยเรื่องสุขภาพ ช่องปากบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและ พลศึกษา	Infographic	<a href="https://is.sgd/RRAHKp">https://is.sgd/RRAHKp</a>
ชุดเรียนรู้กลางเพื่อเด็กไทยมีโภชนาการสมวัยเรื่องสุขภาพ ช่องปากบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ	ชุดการเรียนรู้	<a href="https://is.sgd/nWeaZk">https://is.sgd/nWeaZk</a>
คู่มือเทคนิคการสอนทันตสุขศึกษาอย่างง่ายโดยใช้ละครเป็น สื่อ	VDO Clip	<a href="https://is.sgd/OY92IE">https://is.sgd/OY92IE</a>
อุบัติเหตุจากฟัน ช่วงชั้นที่ 1 และช่วงชั้นที่ 2	VDO Clip	ภาควิชาทันตกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย <a href="https://is.sgd/RyLLdw">https://is.sgd/RyLLdw</a>
ภาพวาดระบายสีทะลุมิติ (AR) เพื่อเสริมสร้างจินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ เรื่องสุขภาพช่องปาก	Infographic	คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ <a href="https://is.sgd/RRAHKp">https://is.sgd/RRAHKp</a>
รวมช่องทางสื่อ Social Media ในการดูแลสุขภาพช่องปาก	VDO Clip	คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ <a href="https://is.sgd/OY92IE">https://is.sgd/OY92IE</a>
<b>สรุปยูนิต 10 ประการ</b>		
สื่อปฏิบัติการสุขภาพ	Infographic	กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข <a href="https://is.sgd/akITQy">https://is.sgd/akITQy</a>
สื่อปฏิบัติการ 10 ประการ	ชุดความรู้	<a href="https://bit.ly/2V2gITd">https://bit.ly/2V2gITd</a>
<b>การป้องกันอาการเจ็บ และอาการบาดเจ็บอื่นๆ</b>		
อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม	VDO Clip	กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข <a href="https://is.sgd/XMLLI1">https://is.sgd/XMLLI1</a>

## รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

### ตารางรายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์การระบาดของ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม	Infographic	<a href="https://is.gd/Wc0b6r">https://is.gd/Wc0b6r</a>
การป้องกันการจมน้ำในเด็กโต	VDO Clip	<a href="https://is.gd/1GQqdA">https://is.gd/1GQqdA</a>
คนตบหน้า จมหน้า การช่วยเหลือ และการปฐมพยาบาล “ตะโกน โยน ยื่น”	Infographic	<a href="https://is.gd/FK3xr0">https://is.gd/FK3xr0</a>
กฎความปลอดภัยทางน้ำ	Infographic	<a href="https://is.gd/IA83qG">https://is.gd/IA83qG</a>
การใช้ชูชีพ กับเสื้อชูชีพตัว	Infographic	<a href="https://is.gd/CVvm4f">https://is.gd/CVvm4f</a>
เด็กจมน้ำ มหันตภัยเงียบ	Infographic	<a href="https://is.gd/gJT3oe">https://is.gd/gJT3oe</a>
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากแหล่งน้ำ	Infographic	<a href="https://is.gd/94vzju">https://is.gd/94vzju</a>
อุปกรณ์ส่งเสริมความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บ	Infographic	<a href="https://is.gd/KxNDlI">https://is.gd/KxNDlI</a>
การบาดเจ็บในเด็ก	Infographic	<a href="https://is.gd/9GYWDH">https://is.gd/9GYWDH</a>
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุการเกษตร คลอง แม่น้ำ เขื่อน น้ำตก	Infographic	<a href="https://is.gd/0QeXtR">https://is.gd/0QeXtR</a>
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากแหล่งน้ำรอบๆ บ้าน	Infographic	<a href="https://is.gd/EkU4Fx">https://is.gd/EkU4Fx</a>
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยสำหรับสระว่ายน้ำ (สระว่ายน้ำ ไม่ควรมีคนจมน้ำ)	VDO Clip	<a href="https://is.gd/Rz7eKV">https://is.gd/Rz7eKV</a>
การปฐมพยาบาลคนตกน้ำ จมน้ำ	Infographic	<a href="https://is.gd/C8GSH5">https://is.gd/C8GSH5</a>
การปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำ (สำหรับประชาชน)	VDO Clip	<a href="https://is.gd/5m5BaG">https://is.gd/5m5BaG</a>
ของเล่นเด็กอันตรายไม่ใช่เล่น	Infographic	<a href="https://is.gd/VtPfNK">https://is.gd/VtPfNK</a>
อันตรายจากปืนได้เลื่อน	Infographic	<a href="https://is.gd/OjuF92">https://is.gd/OjuF92</a>
ระมัดระวังอันตรายจากลูกโป่งอัดไฮโดรเจน	Infographic	<a href="https://is.gd/cpH5qj">https://is.gd/cpH5qj</a>
เตือนภัยแก๊งพิษ	Infographic	<a href="https://is.gd/WsasMy">https://is.gd/WsasMy</a>

## เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). คู่มือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน กรณีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในประเทศไทย. สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก [https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/g\\_other/G42\\_4.pdf](https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/g_other/G42_4.pdf)
- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคไวรัสโคโรนา สายพันธุ์ใหม่ 2019 สำหรับสถานศึกษา สถานการณ์การระบาดในวงกว้าง ระยะเริ่มต้น. สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก [https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/introduction/introduction07\\_1.pdf](https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/introduction/introduction07_1.pdf)
- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). รายงาน COVID-19 ประจำวัน. สืบค้น 3 พฤษภาคม 2563, จาก <https://data.go.th/dataset/covid-19-daily>
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). คู่มือการปฏิบัติงานทีมช่วยเหลือเยียวยาจิตใจผู้ประสบภาวะวิกฤต (*Mental Health Crisis Assessment and Treatment Team: MCATT*). สืบค้น 3 พฤษภาคม 2563, จาก [https://www.dmh.go.th/covid19/pnews/files/MCATT\\_update.pdf](https://www.dmh.go.th/covid19/pnews/files/MCATT_update.pdf)
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). แนวทางการฟื้นฟูจิตใจในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) (*Combat 4th Wave of COVID-19 : C4*) (ฉบับปรับปรุง). สืบค้น 3 พฤษภาคม 2563, จาก <https://www.dmh.go.th/covid19/pnews/view.asp?id=34>
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). คำแนะนำการป้องกันตนเองและการปฏิบัติด้านสุขอนามัยในสถานศึกษา ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก [https://www.anamai.moph.go.th/ewt\\_dl\\_link.php?nid=16545](https://www.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=16545)
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). คำแนะนำในการทำความสะอาดสระว่ายน้ำเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก [https://www.anamai.moph.go.th/ewt\\_dl\\_link.php?nid=16497](https://www.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=16497)
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). มาตรฐานความปลอดภัยลดภัย ป้องกันโรค COVID-19 (*Thai stop covid*): สถานศึกษา. สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก <https://stopcovid.anamai.moph.go.th>
- กระทรวงสาธารณสุข.** (2563). แนวทางปฏิบัติด้านสาธารณสุขเพื่อการจัดการภาวะระบาดของโรคโควิด-19 ในข้อกำหนดออกตามความในมาตรา 9 แห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. 2548 (ฉบับที่ 1). นนทบุรี: บริษัท ทีเอส อินเทอร์เน็ต จำกัด.
- คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.** (2563). วิธีป้องกันเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้น 3 พฤษภาคม 2563, จาก [https://med.mahidol.ac.th/th/knowledge\\_awareness\\_health/16mar2020-1638](https://med.mahidol.ac.th/th/knowledge_awareness_health/16mar2020-1638)

## เอกสารอ้างอิง (ต่อ)

- ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย. (2563). ประกาศจากราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ท 053/2553 เกี่ยวกับการใช้สื่อ online ในเด็กและวัยรุ่น ภายใต้สถานการณ์ Covid-19. สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก [https://tmc.or.th/covid19/download/pdf/people/tmc\\_covid19-p3-200463.pdf](https://tmc.or.th/covid19/download/pdf/people/tmc_covid19-p3-200463.pdf)
- สถาบันพัฒนาการเด็กราชชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต. (2563). หลักสูตรการดูแลจิตใจในภาวะวิกฤตโควิด-19. สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก <https://www.jitdee.com/home/>
- สถาบันพัฒนาการเด็กราชชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต. (2563). *คลังความรู้สุขภาพจิต*. สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก <http://new.smartteen.net/Knowledge/VDOความรู้สุขภาพจิต>
- สถาบันมาตรวิทยาแห่งชาติ. (2563). *เครื่องวัดอุณหภูมิหน้าผาก ใช้อย่างไร...ให้ถูกต้อง และข้อควรระวัง*. สืบค้น 19 พฤษภาคม 2563, จาก <http://www.nimt.or.th/main/?p=31162>
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2547). *แนวทางการดำเนินงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.).
- สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย. (2557). *คู่มือวิชาการสุขาภิบาลอาหารสำหรับเจ้าหน้าที่* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย. (2563). *คู่มือมาตรการและแนวทางในการดูแลด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 (COVID 19)*. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- องค์การยูนิเซฟ, องค์การอนามัยโลก, และองค์การกาชาด. (2563). *การตีตราทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับ Covid-19*. สืบค้น 10 พฤษภาคม 2563, จาก <https://www.who.int/docs/default-source/searo/thailand/covid19-stigma-guide-th-final.pdf>
- องค์การยูนิเซฟ ประเทศไทย. (2563). *แนวทางปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา เพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 (COVID-19)*. สืบค้น 7 พฤษภาคม 2563, จาก [https://www.unicef.org/thailand/media/4066/file/แนวทางการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาเพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19%20\(COVID-19\).pdf](https://www.unicef.org/thailand/media/4066/file/แนวทางการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาเพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19%20(COVID-19).pdf)
- Centers for Disease Control. (2020). *COVID-19 FAQs*. Retrived 13 May 2020, from <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>
- UNESCO, UNICEF, The World Bank, and WFP. (2020). *Framework for reopening schools*. Retrived 13 May 2020, from <https://www.unicef.org/thailand/media/4216/file/Framework%20for%20reopening%20schools.pdf>

# ภาคผนวก

## แบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษาในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

\*\*\*\*\*

สถานศึกษา.....สังกัด.....  
 จำนวนนักเรียน.....คน ครู.....คน รวมทั้งสิ้น.....คน  
 ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....  
 โทรศัพท์.....

### เกณฑ์การประเมิน

ข้อ	ประเด็น	มี	ไม่มี	หมายเหตุ
<b>มิติที่ 1 ความปลอดภัยจากการลดการแพร่เชื้อโรค</b>				
1	มีมาตรการคัดกรองวัดไข้ ให้กับนักเรียน ครู และผู้เข้ามาติดต่อ ทุกคน ก่อนเข้าสถานศึกษา หรือไม่			
2	มีมาตรการสังเกตอาการเสี่ยงโควิด 19 เช่น ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ เหนื่อยหอบ หายใจลำบาก จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นไม่รับรส พร้อมบันทึกผล สำหรับนักเรียน ครู และผู้เข้ามาติดต่อ ทุกคน ก่อนเข้าสถานศึกษา หรือไม่			
3	มีนโยบายกำหนดให้นักเรียน ครู และผู้เข้ามาในสถานศึกษาทุกคน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย หรือไม่			
4	มีการจัดเตรียมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย สำรองไว้ให้กับนักเรียน ร้องขอ หรือผู้ที่ไม่มีหน้ากากเข้ามาในสถานศึกษา หรือไม่			
5	มีจุดล้างมือด้วยสบู่ อย่างเพียงพอ หรือไม่			
6	มีการจัดวางเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ บริเวณทางเข้า อาคารเรียน หน้าประตูห้องเรียน ทางเข้าโรงอาหาร อย่างเพียงพอ หรือไม่			
7	มีการจัดโต๊ะเรียน เก้าอี้นั่งเรียน ที่นั่งในโรงอาหาร ที่นั่งพัก โดยจัดเว้น ระยะห่างระหว่างกัน อย่างน้อย 1-2 เมตร (ยึดหลัก Social distancing) หรือไม่			
8	มีการทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจนในการจัดเว้นระยะห่าง ระหว่างกัน หรือไม่			
9	กรณีห้องเรียนไม่สามารถจัดเว้นระยะห่างตามที่กำหนดได้ มีการการสลับ วันเรียนของแต่ละชั้นเรียนหรือการแบ่งจำนวนนักเรียน หรือไม่			
10	มีการทำความสะอาดห้องเรียน ห้องต่าง ๆ และอุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียน การสอน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง เช่น ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องดนตรี อุปกรณ์กีฬา หรือไม่			
11	มีการทำความสะอาดบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยงร่วม ทุกวัน เช่น โต๊ะ เก้าอี้ ราว บันได ลิฟต์ กลอนประตู มือจับประตู - หน้าต่าง หรือไม่			
12	มีถังขยะแบบมีฝาปิดในห้องเรียน หรือไม่			

ข้อ	ประเด็น	มี	ไม่มี	หมายเหตุ
13	มีการปรับปรุงซ่อมแซมประตู หน้าต่าง และพัดลมของห้องเรียน ให้มีสภาพการใช้งานได้ดี สำหรับใช้ปิด - เปิดให้อากาศถ่ายเทสะดวก หรือไม่			
14	มีการแบ่งกลุ่มย่อยนักเรียนในห้องเรียนในการทำกิจกรรม หรือไม่			
15	มีการปรับลดเวลาในการทำกิจกรรมประชาสัมพันธ์ ภายหลังจากการเข้าแถวเคารพธงชาติหน้าเสาธง หรือไม่			
16	มีการจัดเหลื่อมเวลาทำกิจกรรมนักเรียน เหลื่อมเวลากินอาหารกลางวัน หรือไม่			
17	มีมาตรการให้เว้นระยะห่างการเข้าแถวทำกิจกรรม หรือไม่			
18	มีการกำหนดให้ใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช่สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ช้อน ส้อม แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า หรือไม่			
19	มีห้องพยาบาลหรือพื้นที่สำหรับแยกผู้มีอาการเสี่ยงทางระบบทางเดินหายใจ หรือไม่			
20	มีนักเรียนแกนนำด้านสุขภาพ จิตอาสา เป็นอาสาสมัคร ในการช่วยดูแลสุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือดูแลรุ่นน้อง หรือไม่			
<b>มิติที่ 2 การเรียนรู้</b>				
21	มีการติดป้ายประชาสัมพันธ์แนะนำการปฏิบัติเพื่อสุขอนามัยที่ดี เช่น วิธีล้างมือที่ถูกต้อง การสวมหน้ากากอนามัย การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล เป็นต้น หรืออื่น ๆ ที่เกี่ยวกับโรคโควิด 19 หรือไม่			
22	มีการเตรียมความพร้อมการจัดการเรียนการสอนโดยคำนึงถึงการเรียนรู้ตามวัยและสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา หรือไม่			
23	มีมาตรการกำหนดระยะเวลาในการใช้สื่อออนไลน์ในสถานศึกษา ในเด็กเล็ก (ประถม) ไม่เกิน 1 ชั่วโมงต่อวัน และ ในเด็กโต (มัธยม) ไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน หรือไม่			
24	มีการใช้สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพผ่านช่องทาง Social media เช่น Website , Facebook , Line , QR Code , E-mail หรือไม่			
<b>มิติที่ 3 การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส</b>				
25	มีการเตรียมหน้ากากผ้า สำรองสำหรับเด็กเล็ก หรือไม่			
26	มีการปรับปรุงแบบการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับบริบทการเข้าถึงการเรียนรู้ในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด19 หรือไม่			
27	มีมาตรการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับบริการสุขภาพขั้นพื้นฐานอย่างทั่วถึง หรือไม่			
28	มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมของที่พักและเรือนนอนให้ถูกสุขลักษณะ พร้อมมีตารางเวรทุกวัน หรือไม่ (กรณีมีที่พักและเรือนนอน)			
29	มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับข้อบัญญัติการปฏิบัติด้านศาสนกิจ พร้อมมีตารางเวรทุกวัน หรือไม่ (กรณีมีสถานที่ปฏิบัติศาสนากิจ)			

ข้อ	ประเด็น	มี	ไม่มี	หมายเหตุ
30	มีมาตรการดูแลนักเรียนที่มีความบกพร่องด้านพัฒนาการ การเรียนรู้ หรือด้านพฤติกรรมอารมณ์ รวมถึงภาวะสมาธิสั้น และเด็กออทิสติก ที่สามารถเรียนร่วมกับเด็กปกติ หรือไม่			
<b>มิติที่ 4 สวัสดิภาพและการคุ้มครอง</b>				
31	มีการจัดเตรียมแผนรองรับการจัดการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนป่วยกักตัว หรือกรณีปิดโรงเรียน หรือไม่			
32	มีการจัดเตรียมแนวปฏิบัติการสื่อสารเพื่อลดการรังเกียจและการตีตราทางสังคม (Social stigma) หรือไม่			
33	มีการจัดเตรียมแนวปฏิบัติด้านการจัดการความเครียดของครูและบุคลากรของสถานศึกษา หรือไม่			
34	มีการตรวจสอบประวัติเสี่ยงของนักเรียนและบุคลากร รวมทั้งตรวจสอบเรื่องการกักตัวให้ครบ 14 วัน ก่อนมาทำการเรียนการสอนตามปกติ และทุกวันเปิดเรียน หรือไม่			
35	มีการกำหนดแนวทางปฏิบัติตามระเบียบสำหรับนักเรียน ครู และบุคลากรที่สงสัยติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคโควิด 19 โดยไม่ถือเป็นวันลาหรือวันหยุดเรียน หรือไม่			
<b>มิติที่ 5 นโยบาย</b>				
36	มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ความรู้การป้องกันโรคโควิด 19 แก่นักเรียน ครู บุคลากร และผู้ปกครอง โดยการประชุมชี้แจงหรือผ่านช่องทางต่าง ๆ อย่างน้อย 1 ครั้ง ก่อนหรือวันแรกของการเปิดเรียน หรือไม่			
37	มีนโยบายและแนวทางการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ของ สถานศึกษา อย่างเป็นลายลักษณ์หรือมีหลักฐานชัดเจน หรือไม่			
38	มีการประชุมคณะกรรมการสถานศึกษา หรือไม่			
39	มีการแต่งตั้งคณะทำงานป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และกำหนดบทบาทหน้าที่อย่างชัดเจน หรือไม่			
40	มีมาตรการจัดการความสะอาดบนรถรับ-ส่งนักเรียน เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล จัดที่นั่งบนรถหรือมีสัญลักษณ์จุดตำแหน่งชัดเจน หรือไม่ (กรณีมีรถรับ ส่งนักเรียน)			
<b>มิติที่ 6 การบริหารการเงิน</b>				
41	มีแผนการใช้งบประมาณในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ตามความจำเป็นและเหมาะสม หรือไม่			
42	มีการจัดหาซื้อวัสดุอุปกรณ์ป้องกันโรคโควิด 19 สำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา เช่น หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ สบู่ หรือไม่			
43	มีการประสานแสวงหาแหล่งทุนสนับสนุนจากหน่วยงาน องค์กร หรือเอกชน เช่น ท้องถิ่น บริษัทห้างร้าน NGO เป็นต้น เพื่อดำเนินกิจกรรมการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 หรือไม่			
44	มีการจัดหาบุคลากรเพิ่มเติมในการดูแลนักเรียนและการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานศึกษา หรือไม่			

ผลการประเมิน

Ranking	เกณฑ์ประเมิน
สีเขียว	ผ่านทั้งหมด 44 ข้อ
สีเหลือง	ผ่านข้อ 1 - 20 ทุกข้อ แต่ไม่ผ่าน ข้อ 21 - 44 ข้อใดข้อหนึ่ง
สีแดง	ไม่ผ่านข้อ 1 - 20 ข้อใดข้อหนึ่ง

การแปลผล

- สีเขียว หมายถึง โรงเรียนสามารถเปิดเรียนได้
- สีเหลือง หมายถึง โรงเรียนสามารถเปิดเรียนได้ แต่ต้องดำเนินการปรับปรุงให้เป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนด
- สีแดง หมายถึง โรงเรียนไม่สามารถเปิดเรียนได้ ต้องดำเนินการปรับปรุงให้เป็นไปตามมาตรฐานที่กำหนด และ/หรือประเมินตนเองซ้ำ

ลงชื่อ ผู้ประเมิน .....  
วันที่ประเมิน .....

หมายเหตุ : สถานศึกษาประเมินตนเองผ่านระบบออนไลน์ตามลิงค์ <https://stopcovid.anamai.moph.go.th/>

## แบบประเมินตนเองสำหรับนักเรียนในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

\*\*\*\*\*

ชื่อ-นามสกุล.....ระดับชั้น.....

เบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อ.....วันที่ประเมินตนเอง.....

สถานศึกษา.....

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ใน  หรือกรอกข้อมูลลงในช่องว่างตามความจริง

1. ปัจจุบันนักเรียนอายุ ..... ปี

2. เพศ

ชาย                       หญิง

3. ผู้ปกครองหลักของนักเรียน คือ ใคร

พ่อแม่                       พี่น้อง                       ลุงป้า/น้าอา                       ญาติ                       คนใกล้บ้าน  
 อื่นๆ (ระบุ) .....

4. ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา นักเรียนมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ เหนื่อยหอบ (อย่างใดอย่างหนึ่ง) หรือไม่

มี                       ไม่มี

5. ที่บ้านของนักเรียน มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือ หรือไม่

มี                       ไม่มี

6. ในช่วงสถานการณ์โควิด 19 ที่ผ่านมา บุคคลในครอบครัวของนักเรียน มีการกักตัวเพื่อสังเกตอาการ 14 วัน หรือไม่

มี                       ไม่มี

7. บุคคลในครอบครัวของนักเรียน เป็นผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) อาศัยอยู่บ้านเดียวกัน หรือไม่

มี                       ไม่มี

8. ในช่วง 3 วันที่ผ่านมา นักเรียนออกนอกบ้านกี่ครั้งต่อวัน

1 ครั้ง/วัน                       2 ครั้ง/วัน                       3 ครั้ง/วัน                       มากกว่า 3 ครั้ง/วัน  
 ไม่ได้ออกนอกบ้านเลย

9. ในช่วง 3 วันที่ผ่านมา หากนักเรียนต้องออกนอกบ้าน ส่วนใหญ่เพราะเหตุใด

- เรียนพิเศษ
- เรียนดนตรี / ร้องเพลง / ศิลปะ / วาดรูป
- ออกกำลังกาย
- จำเป็นต้องไป เช่น ซื้ออาหาร ซื้อของใช้ ผ่อนคลายกับครอบครัว
- รู้สึกไม่ค่อยสบายใจ เช่น เบื่อ เหงา เครียด เซ็ง
- ต้องการสนุกสนานและสุขสบายใจ เช่น พบเพื่อน สังสรรค์ งานวันเกิด เยี่ยมญาติ ไปทำบุญที่วัด
- อื่นๆ ระบุ.....

10. นักเรียนเดินทางไปโรงเรียน วิธีใด

- รถยนต์ส่วนตัว                       รถยนต์โดยสารสาธารณะ เช่น รถเมล์ รถแท็กซี่
- รถยนต์รับ - ส่งนักเรียน                       รถจักรยานยนต์
- รถจักรยาน                       เดิน

11. นักเรียนติดตามข้อมูลข่าวสารความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด 19 มากที่สุด คือ สื่อช่องทางใด

- เว็บไซต์                       เฟสบุ๊ค                       ไลน์                       ยูทูบ  
 ทวิตเตอร์                       โททท์สน์                       วิทยู                       ไปสเตอร์  
 หนังสือพิมพ์                       อื่นๆ ระบุ.....

12. การปฏิบัติตัวของนักเรียนในขณะอยู่ที่บ้านหรือออกนอกบ้าน (ตอบทุกข้อ)

ข้อปฏิบัติ	ทำทุกครั้ง	ทำบางครั้ง	ไม่ได้ทำเลย
1. เมื่อมีอาการเจ็บป่วย เช่น ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจไม่สะดวก เหนื่อยหอบ จะบอกผู้ปกครองหรือครูทราบ			
2. ตรวจวัดไข้ด้วยเครื่องวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก			
3. สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เมื่อออกไปนอกบ้าน			
4. ทำความสะอาดหน้ากากผ้าทุกวัน			
5. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ อย่างน้อย 20 วินาที			
6. ใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ			
7. นั่ง ยืน เดิน เว้นระยะห่างจากผู้อื่น อย่างน้อย 1 เมตร			
8. เมื่อกินอาหารร่วมกับบุคคลในครอบครัว นั่งเว้นระยะห่างกัน			
9. นั่งรถตู้หรือรถโดยสารประจำทางร่วมกับผู้อื่น			
10. ช่วยผู้ปกครองทำความสะอาดจุดเสี่ยงในบ้าน เช่น ที่จับประตู ราวบันได เก้าอี้ ก๊อกน้ำ			
11. เปิดประตูและหน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเท แสงสว่างเข้าถึงทุกวัน			
12. ระหว่างเล่น เอาจมูกมาจับหรือสัมผัสใบหน้า ตา จมูก ปาก			
13. เมื่อไปเล่นกับเพื่อนนอกบ้าน แล้วกลับมาถึงบ้าน อาบน้ำทันที และเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่			
14. ไปในแหล่งที่มีคนรวมกันจำนวนมาก เช่น ตลาด ห้างร้าน งานรื่นเริง งานบุญที่วัด			
15. เล่นกีฬาเป็นทีมเป็นกลุ่มกับเพื่อน เช่น ฟุตบอล วิ่งไล่จับ			
16. มีและใช้ของใช้ส่วนตัว เช่น ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว			
17. กินอาหารร้อน ปรุงสุก ใหม่ สะอาด			
18. รู้สึกไม่สบายใจ เช่น รู้สึกเศร้าใจ กลัว กังวล สับสน หรือโกรธ ในช่วงโควิด 19			
19. ทำให้เพื่อนที่มีอาการหรือเกี่ยวข้องกับผู้ติดเชื้อโควิด 19 รู้สึกอับอาย			
20. คอยกับคนในครอบครัวหรือเพื่อน ๆ เกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19			



# การจัดการเรียนการสอนช่วงเปิดภาคเรียนของกระทรวงศึกษาธิการ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

## แนวทางการเปิด - ปิดภาคเรียน ในสถานการณ์ฉุกเฉิน

กระทรวงศึกษาธิการ  
MOE

### "เพิ่ม"

#### เวลาพัก 54 วัน\*

ภาคเรียนที่	ระยะเวลาเปิดภาคเรียน	จำนวนวันเรียน	จำนวนวันปิดภาคเรียน
ภาคเรียนที่ 1/2563	1 ก.ค. 63 - 13 พ.ย. 63	93 วัน	<b>17</b> วัน (14 - 30 พ.ย. 63)
หมายเหตุ เวลาที่ขาดไป 7 วัน ให้สถานศึกษาสอนชดเชย เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนครบตามหลักสูตร			
ภาคเรียนที่ 2/2563	1 ธ.ค. 63 - 9 เม.ย. 64	88 วัน	<b>37</b> วัน (10 เม.ย. - 16 พ.ค. 64)
หมายเหตุ เวลาที่ขาดไป 12 วัน ให้สถานศึกษาสอนชดเชย เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนครบตามหลักสูตร			

\*เดิมไม่มีเวลาปิดเทอมระหว่างภาคเรียน

### การจัดการเรียนการสอนด้วยเทคโนโลยีการศึกษาทางไกล ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) สังกัด สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ระดับชั้น	รูปแบบการเรียนการสอนในแต่ละวิชา	เพิ่มเติม
<b>อนุบาล 1-3</b> 08.30-11.00 น.	50 นาที เรียนทางไกลผ่านดาวเทียม DITV	10 นาที ครูสื่อสารผ่านผู้ปกครองนักเรียน
<b>ประถมศึกษาปีที่ 1-6</b> 08.30-14.30 น.	50 นาที เรียนทางไกลผ่านดาวเทียม DITV	10 นาที ครูสื่อสารผ่านผู้ปกครองและเด็กเรียนโดยตรง
<b>มัธยมศึกษาปีที่ 1-3</b> 08.30-14.30 น.	50 นาที เรียนทางไกลผ่านดาวเทียม DITV	10 นาที ครูสื่อสารผ่านนักเรียนโดยตรง
<b>มัธยมศึกษาปีที่ 4-6</b> 08.30-14.30 น.	30 นาที การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม (สื่อ สทช.)	20 นาที เรียนใหม่โดยครูประจำวิชา Tutorทีวีฟรี.com

**เรียนที่บ้าน** (DITV)

**เรียนที่โรงเรียนหรือชุมชน**

สำหรับนักเรียนทุกชั้นเรียนในชุมชนเมื่อเปิดภาคเรียน

1. เสนอให้มีการศึกษาร่วมกับโรงเรียนจัดสถานที่เรียน  
2. นักเรียนมาโรงเรียน สอนภาคเช้า ภาคบ่าย  
3. ครูผู้สอนใช้วิธีการเรียนการสอนที่เน้นนักเรียนหรือผู้เรียน  
4. โรงเรียนและชุมชนดำเนินการตามประกาศของรัฐบาล กระทรวงศึกษาธิการ ศษว. และจังหวัด

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

## “โรงเรียนอาจหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้”

ณัฐวุฒิ ทัพสุวรรณ รมว.ศธ.



### แนวทางการเปิด-ปิดภาคเรียน ในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

**หลักการ** หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พ.ศ. 2560 และหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 กำหนดกรอบโครงสร้างเวลาเรียน ดังนี้

	ชั่วโมง/ปี	ชม. วิชาพื้นฐาน/ปี	ชม. วิชาเพิ่มเติม/ปี	ชม. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน/ปี	เวลาเรียน/วัน
<b>อนุบาล</b>	โครงสร้างเวลาในการจัดประสบการณ์ให้กับเด็ก โดยประมาณ มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่า 180 วัน/ปี				
<b>ประถมศึกษา</b>	ไม่น้อยกว่า 1,000 ชม.	840 ชม.	ไม่น้อยกว่า 40 ชม.	120 ชม.	ไม่เกิน 5 ชม.
<b>มัธยมศึกษาตอนต้น</b>	ไม่น้อยกว่า 1,200 ชม.	ไม่เกิน 880 ชม.	ไม่เกิน 200 ชม.	120 ชม.	ไม่เกิน 6 ชม.
<b>มัธยมศึกษาตอนปลาย</b>	รวม 3 ปี ไม่น้อยกว่า 3,600 ชม.	1,640 ชม. / 3 ปี	1,600 ชม. / 3 ปี	360 ชม. / 3 ปี	ไม่น้อยกว่า 6 ชม.

โครงสร้างเวลาเรียน ตามที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ได้กำหนด สรุปได้ว่า

- ชั้นประถมศึกษา เวลาเรียนไม่น้อยกว่า 1,000 ชั่วโมง/ปี ไม่เกิน 5 ชั่วโมง/วัน = 200 วัน/ปี
- ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เวลาเรียนไม่น้อยกว่า 1,200 ชั่วโมง/ปี ไม่เกิน 6 ชั่วโมง/วัน = 200 วัน/ปี
- ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เวลาเรียนรวม 3 ปี (ม.4-ม.6) ไม่น้อยกว่า 3,600 ชั่วโมง ไม่น้อยกว่า 6 ชั่วโมง/วัน = 200 วัน/ปี

### แนวทางการเปิด-ปิดภาคเรียน

ภาคเรียนที่	ระยะเวลาเปิดภาคเรียน	จำนวนวันเรียน	จำนวนวันปิดภาคเรียน
<b>1/2563</b>	<b>1 ก.ค. - 13 พ.ย. 63</b>	<b>93</b> วัน	<b>17</b> วัน (14 - 30 พ.ย. 63)
<i>หมายเหตุ</i> เวลาที่ขาดไป 7 วัน ให้สถานศึกษาสอนชดเชย เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนครบตามหลักสูตร			
<b>2/2563</b>	<b>1 ธ.ค. 63 - 9 เม.ย. 64</b>	<b>88</b> วัน	<b>37</b> วัน (10 เม.ย. - 16 พ.ค. 64)
<i>หมายเหตุ</i> เวลาที่ขาดไป 12 วัน ให้สถานศึกษาสอนชดเชย เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนครบตามหลักสูตร			

### การสอนชดเชย

1. การเรียนการสอนในระดับชั้นอนุบาลมีเวลาเพียงพอ (180 วัน) ดังนั้น **ไม่ต้องสอนชดเชย**
2. แนวทางการสอนชดเชยสำหรับเวลาที่ขาดไปในแต่ละภาคเรียน อาจใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธี ดังนี้
  - **เรียนที่โรงเรียน**
    - เพิ่มเวลาเรียนในแต่ละวัน
    - เพิ่มวันเรียนในแต่ละสัปดาห์ (ควรเลือกวันเสาร์หรือวันอาทิตย์ เพียง 1 วัน)
    - จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักสูตร
  - **เรียนที่บ้าน**
    - กำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ ให้ใช้เวลาสอดคล้องกับเวลาในตารางสอน
    - ครอบรอบหมายให้นักเรียนเรียนรู้โดยมีใบงาน , เรียนรู้จากสถานการณ์จริง , การส่งเสริมการอ่าน ฯลฯ
    - การสอนตามแนวทาง Flipped Classroom
  - **เรียนผ่านออนไลน์**
    - จัดการเรียนการสอนผ่านออนไลน์
    - เลือกใช้สื่อออนไลน์และสาระการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย เนื้อหา และวัตถุประสงค์ที่ต้องการให้เด็กเรียนรู้
    - นับชั่วโมงการเรียนได้

“เพิ่ม” เวลาพัก “ลด” ประเมิน “งด” กิจกรรมที่ไม่จำเป็น

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน  
กระทรวงศึกษาธิการ



## แนวปฏิบัติตามแนวทางองค์การอนามัยโลก (WHO) และบทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

### มาตรการที่แนะนำสำหรับการเปิดสถานศึกษา

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ <https://bit.do/schoolcovid-19>

### การกำกับติดตามสถานศึกษาหลังจากเปิดเรียน

เมื่อใช้มาตรการป้องกันในสถานศึกษาแล้ว สิ่งสำคัญ คือ จะต้องมีการติดตามดูปัจจัยต่าง ๆ เช่น :

- ประสิทธิภาพของการเรียนการสอนทางไกล :
  - สถานศึกษาพัฒนายุทธศาสตร์สำหรับการเรียนการสอนระยะไกลได้ดีเพียงใด
  - มีการเข้าถึงเด็ก ๆ ได้ในสัดส่วนเท่าใด
  - นักเรียน ผู้ปกครอง และครูมีความคิดเห็นตอบกลับอย่างไรบ้าง
- ผลของนโยบายและมาตรการที่มีต่อวัตถุประสงค์ของการศึกษาและผลลัพธ์ของการเรียนรู้
- ผลของนโยบายและมาตรการที่มีต่อสุขภาพและสวัสดิภาพของเด็ก พี่น้อง เจ้าหน้าที่ ผู้ปกครอง และสมาชิกใน ครอบครัวคนอื่น ๆ
- แนวโน้มของการออกจากโรงเรียน หลังจากยกเลิกข้อห้ามต่าง

ความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและชุมชนที่ครอบคลุมทั่วถึง เป็นสิ่งจำเป็นต่อการพัฒนาและดำเนินมาตรการต่าง ๆ ที่จำเป็น สิ่งสำคัญ คือ จะต้องมีความยืดหยุ่นและสามารถปรับเปลี่ยนแนวปฏิบัติตามความจำเป็น พร้อมทั้งมีการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนแนวปฏิบัติที่ดี

การปิดสถานศึกษาไปอย่างสิ้นเชิง โดยไม่ได้จัดให้มีการเรียนการสอนทางไกลที่เหมาะสมกับบริบทและกลยุทธ์ในการลดผลกระทบ อาจไม่ใช่ทางออกที่ดีที่สุด หรือทางออกเดียวที่ทำได้ และควรเป็นสิ่งที่จะนำมาพิจารณาก็ต่อเมื่อไม่มีทางเลือกอื่นแล้วเท่านั้น

องค์การอนามัยโลกเสนอข้อพิจารณาเหล่านี้ เพื่อช่วยสนับสนุนการจัดทำนโยบายและช่วยเหลือผู้มีอำนาจตัดสินใจ สถาบันการศึกษา และผู้ดูแลในการเสาะแสวงหาสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับบุตรหลาน นักเรียน และชุมชนในสถานการณ์ที่ท้าทายนี้

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับการสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
เดนมาร์ก (Denmark)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใช้วิธีค่อย ๆ เปิดโรงเรียน โดยระยะแรกให้เด็กเล็กก่อน เพื่อลดภาระการดูแลของผู้ปกครองและผู้ปกครองสามารถกลับไปทำงานได้ ดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> <li>15 เมษายน 2563 โรงเรียนเปิดสำหรับนักเรียนอนุบาลและเด็กเล็กอายุไม่เกิน 11 ปี</li> <li>18 พฤษภาคม 2563 โรงเรียนเปิดสำหรับเด็กอายุมากกว่า 11 ปี</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีการหารือร่วมกันระหว่างกระทรวงศึกษาธิการ หน่วยงานของรัฐด้านสาธารณสุข และสหภาพครู เพื่อกำหนดมาตรการความปลอดภัยในโรงเรียนร่วมกัน</li> <li>- หน่วยงานด้านโรคติดต่อของเดนมาร์ก (Statens Serum Institut -SSI) สร้างแบบจำลองโดยตั้งสมมติฐานว่าเด็กสามารถแพร่เชื้อได้ในอัตราเดียวกับกับผู้ใหญ่ และเด็กไม่มีความสามารถที่จะรักษาระยะห่างได้ และให้ข้อสรุปว่าแม้ว่าอัตราการแพร่เชื้อ (RO) จะเพิ่มขึ้นหลังเปิดโรงเรียนแต่จะทำให้ผู้ป่วยรุนแรงสูงสุดเพียง 264 รายในท้องถิ่นวิกฤติในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง</li> <li>- โรงเรียนและองค์กรส่วนท้องถิ่นสามารถกำหนดรายละเอียดมาตรการต่าง ๆ ที่สามารถทำได้จริง และยังคงสอดคล้องกับแนวทางการป้องกันด้านสาธารณสุข</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ใช้มาตรการแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อยสองถึงสามกลุ่มเพื่อให้สามารถรักษาระยะห่างได้ และไม่ให้เกิดแต่ละกลุ่มสัมผัสหรือปะปนกัน ครูจำเป็นต้องบริหารเวลาในการสอนหรือจัดจำนวนครูเพิ่มขึ้น</li> <li>- จัดให้นักเรียนให้เว้นระยะห่าง 6 ฟุต</li> <li>- จัดให้มีจุดล้างมือนอกอาคารเรียน และเน้นให้นักเรียนล้างมือบ่อย ๆ (ทุก 1 ชั่วโมง)</li> <li>- สอนให้เด็กเฝ้าระวังข้อพับแขนด้านใน</li> <li>- สอนไม่ให้เด็กกอดกันหรือสัมผัสตัวกัน</li> <li>- เพิ่มการเรียนการสอนในที่โล่งนอกห้องเรียน</li> <li>- ปิดสนามเด็กเล่น หรือ จำกัดจำนวนเด็กในสนามเด็กเล่น และไม่เล่นแบบที่ต้องสัมผัสตัวกัน เช่น ไม่เล่นวิ่งไล่จับ และให้เล่นด้วยวิธีอื่นที่ไม่ต้องสัมผัสกัน เช่น ห่วงยูทอปู</li> </ul>	<p><a href="https://politi.dk/en/coronavirus-in-denmark/latest-news-and-hotlines/agreement-on-phase-two-of-the-controlled-reopening">https://politi.dk/en/coronavirus-in-denmark/latest-news-and-hotlines/agreement-on-phase-two-of-the-controlled-reopening</a></p> <p><a href="https://www.theguardian.com/education/2020/may/17/denmark-can-teach-england-safe-reopening-of-schools-covid-19">https://www.theguardian.com/education/2020/may/17/denmark-can-teach-england-safe-reopening-of-schools-covid-19</a></p> <p><a href="https://www.bbc.com/news/av/world-europe-52649919/coronavirus-inside-a-reopened-primary-school-in-the-time-of-covid-19?SThisFB">https://www.bbc.com/news/av/world-europe-52649919/coronavirus-inside-a-reopened-primary-school-in-the-time-of-covid-19?SThisFB</a></p> <p><a href="https://www.insider.com/how-china-denmark-japan-reopening-schools-2020-4#desks-are-stationed-six-feet-apart-and-parents-are-no-longer-allowed-inside-school-buildings-1">https://www.insider.com/how-china-denmark-japan-reopening-schools-2020-4#desks-are-stationed-six-feet-apart-and-parents-are-no-longer-allowed-inside-school-buildings-1</a></p>

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
สาธารณรัฐ ประชาชนจีน (The Republic of China)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แต่ละมณฑลเปิดไม่พร้อมกัน ในภาพรวมจะเปิดให้เด็กโตกลับมาเรียนก่อนเด็กเล็ก โดยเรียงลำดับจากชั้นมัธยมปลาย มัธยมต้น ประถม และอนุบาล และในบางเมืองที่ยังพบผู้ติดเชื้อรายใหม่ จะเลื่อนการเปิดโรงเรียนไปก่อน เช่น เมืองปักกิ่ง :</li> <li>ระดับชั้นมัธยมปลาย เปิดเรียนวันที่ 27 เมษายน 2563</li> <li>ชั้นมัธยมต้นเปิด วันที่ 1 พฤษภาคม 2563</li> </ul>	<p><b>เมืองปักกิ่ง</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- โรงเรียนมัธยมปลายทั้ง 254 แห่ง ในเมืองปักกิ่งทำควมสะอาด</li> <li>- จัดเตรียมหน้ากากอนามัย จำนวน 2.35 ล้านชิ้น</li> </ul> <p><b>มณฑลชานตง</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ตรวจสอบความพร้อมของโรงเรียนเป็นเวลา 10 วันต่อเนื่อง และกำหนดวันสอบ รวมถึงการสอบเข้ามหาวิทยาลัย</li> <li>- จัดทำแผนปฏิบัติการเสมือนนักเรียน เป็นใช้ เพื่อเป็นแนวทางให้แก่โรงเรียน คลินิกใช้หัวใจ และสถานพยาบาล</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีประตูทางเข้าโรงเรียนหลายทาง เพื่อลดความแออัด และไม่อนุญาตให้ผู้ปกครองเข้ามาในบริเวณโรงเรียน</li> <li>- มีการติดตามประเมินผลก่อนอนุญาตให้เปิดโรงเรียนระยะที่ 2 สำหรับเด็กโต</li> <li>- วัตถุประสงค์ ให้ความสำคัญของนักเรียนก่อนเข้าโรงเรียน หากมีไข้ให้นักเรียนกลับบ้าน</li> <li>- ให้นักเรียนสวมหน้ากากอนามัย</li> <li>- บางโรงเรียนจัดให้มีห้องสำหรับกักแยกนักเรียนที่มีไข้</li> <li>- รัฐบาลกำกับติดตามและประเมินสถานการณ์หลังเปิดโรงเรียนชั้นมัธยม ก่อนที่จะอนุญาตให้นักเรียนระดับประถม กลับมาเรียนได้</li> </ul>	<p>WHO China Country Office ข้อมูล ณ วันที่ 5 พ.ค.63</p> <p><a href="https://www.insider.com/how-china-denmark-japan-reopening-schools-2020-4#desks-are-stationed-six-feet-apart-and-parents-are-no-longer-allowed-inside-school-buildings-1">https://www.insider.com/how-china-denmark-japan-reopening-schools-2020-4#desks-are-stationed-six-feet-apart-and-parents-are-no-longer-allowed-inside-school-buildings-1</a></p>

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
ญี่ปุ่น (Japan)	<p>มณฑลอิสซุยะ : ระดับชั้นมัธยมปลาย เปิด เร็ย น วัน ที่ 7 เมษายน 2563</p> <p>ชั้นมัธยมต้นวันที่ 13 เมษายน 2563 ส่วน ระดับ บั ชั น อื่น ๆ เปิดวันที่ 20 เมษายน 2563 เมืองฮาร์บิน และเมืองเจียวโจว เดือนเปิดโรงเรียน ออกไปเพราะพบผู้ติดเชื้อที่เข้ามาจากต่างพื้นที่</p> <p>- ทอยอยเปิดตามแต่ สถานการณ์การระบาดในแต่ละพื้นที่ โดยเน้นเปิดเรียนสำหรับเด็ก ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และ ประถมปีที่ 6 เนื่องจาก</p>	<p>มณฑลชุนานและมณฑลเสฉวน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่อนุญาตให้โรงเรียนสอนพิเศษ เปิดสอนก่อนที่โรงเรียนต่าง ๆ จะเปิด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดการเรียนการสอนเป็นกลุ่มเล็ก โดยใช้ห้องเรียนหลายห้องเพื่อให้สามารถรักษา ระยะทางได้</li> <li>- ให้นักเรียนสวมหน้ากากอนามัย</li> <li>- วัตถุประสงค์มีไว้ทางกายของนักเรียนก่อนเข้าโรงเรียน หากมีไข้ให้นักเรียนกลับบ้าน</li> </ul>	<p><a href="https://english.kyodonews.net/news/2020/04/95a68588ba74-many-schools-in-japan-reopen-after-monthlong-coronavirus-shutdown.html">https://english.kyodonews.net/news/2020/04/95a68588ba74-many-schools-in-japan-reopen-after-monthlong-coronavirus-shutdown.html</a></p>

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับการสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	เป็นนักเรียนปีแรกหรือปีสุดท้ายของช่วงชั้น และ นักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นชั้นปีที่ 3 เพราะต้องเตรียมตัวสอบเข้ามัธยมศึกษาตอนปลาย รวมถึงนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายปีสุดท้ายที่จำเป็นต้องเตรียมสอบ เข้ามหาวิทยาลัย หรือทำงานทำ โดยจังหวัดอโศรินทร์และจังหวัดตราดรีเปิดเรียนก่อนจังหวัดอื่น ๆ ไปเมื่อวันที่ 7 พฤษภาคม 2563	1) พื้นที่ที่ยังมีการแพร่กระจายเชื้อ 2) พื้นที่ที่มีผู้ป่วยยืนยัน 3) พื้นที่ที่ไม่มีผู้ป่วยยืนยัน โดยอนุญาตให้เฉพาะโรงเรียนในพื้นที่ประเภทที่ 2 และ 3 สามารถเปิดได้	- จัดการระบายอากาศในห้องเรียน - จัดอาหารกลางวันแบบอาหารกล่อง ให้นักเรียนแต่ละคน - หลีกเลี่ยงการเล่นกีฬาแบบเป็นกลุ่ม	<a href="https://www.japantimes.co.jp/news/2020/05/02/national/japan-schools-partial-reopening-coronavirus/#:XsEvMfgzblU">https://www.japantimes.co.jp/news/2020/05/02/national/japan-schools-partial-reopening-coronavirus/#:XsEvMfgzblU</a>  <a href="https://www.japantimes.co.jp/news/2020/05/07/national/schools-reopen-coronavirus/#:XsExU_gzblU">https://www.japantimes.co.jp/news/2020/05/07/national/schools-reopen-coronavirus/#:XsExU_gzblU</a>

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
สวิตเซอร์แลนด์ (Switzerland)	11 พฤษภาคม 2563	<ul style="list-style-type: none"> <li>- รัฐบาลประกาศแผนล่วงหน้าในวันที่ 16 เมษายน อนุญาตให้โรงเรียนเตรียมเปิดการเรียนการสอน <ul style="list-style-type: none"> <li>• ทำความเข้าใจเกี่ยวกับ การระบาดของโรคโควิด 19 ในเด็ก</li> <li>• ตระหนักว่าเด็กที่โตกว่า มีความสามารถที่จะปฏิบัติตามมาตรการได้มากกว่าเด็กเล็ก</li> <li>• ตระหนักถึงความจำเป็นในการค้นหาผู้สัมผัส หากมีการติดต่อรายใหม่ในโรงเรียน</li> </ul> </li> <li>- ส่วนกลางประสานกับรัฐต่าง ๆ เพื่อสื่อสารทำความเข้าใจเรื่อง หลักการของการเปิดโรงเรียนได้แก่ <ol style="list-style-type: none"> <li>1) สิ่งสำคัญลำดับแรก (first priority) คือสุขภาพของนักเรียน ครู และบุคลากรในโรงเรียน</li> <li>2) การเปิดโรงเรียนเป็นข่าวดี</li> </ol> </li> </ul>	<p>มาตรการแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มเล็ก</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีเป้าหมายเพื่อประยะเวลา และสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยแก่ครูและนักเรียน</li> <li>- แบ่งนักเรียนระดับที่ศึกษาออกเป็นสองกลุ่มย่อย และสลับกันไปโรงเรียน</li> <li>- แบ่งกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาให้บางส่วนกลับไปเรียนและบางส่วนเรียนด้วยระบบการเรียนการสอนทางไกล</li> </ul> <p><b>มาตรการทำความเข้าใจ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เมื่อนักเรียนมาถึงโรงเรียน</li> <li>- หลีกเลี่ยงการเข้าและป่วย</li> <li>- ในกรณีที่ไม่มีอาการ จัดเดสก์ท็อปให้นักเรียนใช้โดยมีผู้ใหญ่ออกเฝ้าดูแล</li> </ul> <p><b>มาตรการรักษาระยะห่าง</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่มีกฎระหว่างเด็กด้วยกัน แต่จัดโต๊ะเรียนให้ห่างและมีข้อเสนอแนะไม่ให้จับมือกัน</li> <li>- ให้พักท้ายกันด้วยการชนข้อศอก</li> <li>- ไม่จูบหรือกอดกัน และให้เล่นเกมสัหรือกีฬาที่ไม่ต้องสัมผัสตัวกัน</li> </ul>	WHO-UNICEF webinar วันที่ 13 พฤษภาคม 2563

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	<p>สำหรับการเรียนการสอน</p> <p>3) การเปิดโรงเรียนทำให้สามารถเตรียมความพร้อมสำหรับปีต่อไป</p> <p>- สื่อสารเป้าหมายของการสอน กล่าวคือ</p> <p>1) เพื่อสร้างความผูกพันทางสังคมขึ้นอีกครั้ง</p> <p>2) เพื่อสนับสนุนโอกาสที่เท่าเทียมกันสำหรับทุกคน</p> <p>3) เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่เด็กนักเรียนกลุ่มเปราะบาง</p> <p>4) เพื่อประยุกต์แผนการเรียนการสอน</p> <p>5) เพื่อเตรียมการณ สำหรับปีการศึกษาต่อไป</p> <p>มีการจัดเตรียมเครื่องมือเสริมเพื่อทำให้การกลับมาโรงเรียนมีความปลอดภัยมากขึ้นและเตรียมลดลงและส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อกัน โดยทำเป็นวิดีโอคลิปและวิดีโอเกมสำหรับนักเรียน ดูตัวอย่างได้ที่ <a href="http://www.coronaquestgame.com">www.coronaquestgame</a></p>	<p>สำหรับการเรียนการสอน</p> <p>3) การเปิดโรงเรียนทำให้สามารถเตรียมความพร้อมสำหรับปีต่อไป</p> <p>- สื่อสารเป้าหมายของการสอน กล่าวคือ</p> <p>1) เพื่อสร้างความผูกพันทางสังคมขึ้นอีกครั้ง</p> <p>2) เพื่อสนับสนุนโอกาสที่เท่าเทียมกันสำหรับทุกคน</p> <p>3) เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่เด็กนักเรียนกลุ่มเปราะบาง</p> <p>4) เพื่อประยุกต์แผนการเรียนการสอน</p> <p>5) เพื่อเตรียมการณ สำหรับปีการศึกษาต่อไป</p> <p>มีการจัดเตรียมเครื่องมือเสริมเพื่อทำให้การกลับมาโรงเรียนมีความปลอดภัยมากขึ้นและเตรียมลดลงและส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อกัน โดยทำเป็นวิดีโอคลิปและวิดีโอเกมสำหรับนักเรียน ดูตัวอย่างได้ที่ <a href="http://www.coronaquestgame.com">www.coronaquestgame</a></p>	<p>มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน</p> <p>social measures in schools</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รักษาระยะห่าง 2 เมตรระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่</li> <li>- รักษาระยะห่าง 2 เมตรระหว่างผู้ใหญ่ออกัน</li> </ul> <p><b>มาตรการสุขอนามัยระบบทางเดินหายใจ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สอนให้เอและจามใส่กระดาษทิชชูหรือข้อพับแขนด้านใน</li> </ul> <p><b>มาตรการปกป้องครูและบุคลากรในโรงเรียน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ติดตั้งแผงพลาสติกที่เคาน์เตอร์ฝ่ายธุรการ</li> <li>- ติดตั้งแผงพลาสติกในห้องพักครู และให้สลับกันใช้ห้องเพื่อลดความแออัด</li> <li>- จัดหาหน้ากากอนามัยไว้สำหรับสถานการณ์พิเศษหรือเมื่อครูต้องการ</li> <li>- จัดให้มีการทยอยทำงานและถึงระยะพักไปต้องปิดฝา</li> <li>- ให้นักเรียนแจกเอกสารแทนครู</li> <li>- ห้ามไม่ให้มีการรับประทานอาหารร่วมกันระหว่างผู้ใหญ่ออกัน</li> </ul>	<p>แหล่งที่มาของข้อมูล</p> <p>Sources of information</p>

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			<p>มาตรการเกี่ยวกับช่วงเวลาพักของนักเรียน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เด็กชั้นประถมศึกษาให้สลับเวลาพักเพื่อป้องกันการรวมกลุ่มใหญ่</li> <li>- เด็กชั้นมัธยมให้มีการกระจายพื้นที่ในโรงเรียนในช่วงพักของนักเรียน</li> </ul> <p>โดยแบ่งตามแต่ละกลุ่มหรือชั้นเรียน เพื่อหลีกเลี่ยงการปะปนกัน</p> <p>มาตรการผู้ปกครองและการออกจากโรงเรียน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ขอให้ผู้ปกครองหลีกเลี่ยงการรวมตัวกันบริเวณโรงเรียน</li> <li>- หลีกเลี่ยงเรียน ให้นักเรียนออกจากบริเวณโรงเรียนทันที</li> </ul> <p>มาตรการล้างแวนต์ต่อมิในโรงเรียน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เพิ่มอ่างล้างมือหรือจุดวางเจลแอลกอฮอล์ โดยมีผู้ใหญ่มากำกับดูแลการใช้อย่างถูกวิธี</li> <li>- ทำความสะอาดฆ่าเชื้อสถานที่อย่างน้อยวันละสองครั้ง ทั้งบริเวณพื้นผิวสัมผัส โต๊ะ ลูกบิดบานประตู หน้าต่าง ราวบันได ห้องน้ำ อุปกรณ์ที่ใช้ร่วมกันในห้องพัสดุ</li> <li>- มีกฎเรื่องสุขอนามัยในโรงอาหาร และลำห้รับนักเรียนอายุ 12 ปีขึ้นไป ให้จัดกลุ่มเหมือนกลุ่มในชั้นเรียน</li> </ul>	

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			<p><b>มาตรการโรงเรียนและระดับสาธารณะ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- พนักงานขับรถโรงเรียนทุกคนต้องสวมหน้ากากอนามัย</li> <li>- สำหรับบริการสาธารณะ หากไม่สามารถเว้นระยะห่างระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ได้ ผู้ใหญ่ต้องสวมหน้ากากอนามัย</li> </ul> <p><b>มาตรการเมื่อนักเรียนมีอาการ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- พักนักเรียนออกจากห้องเรียน</li> <li>- ให้นักเรียนสวมหน้ากากอนามัย</li> <li>- รายงานกว่าผู้ปกครองจะมารับ</li> <li>- ผู้ปกครองติดต่อสายด่วนของรัฐหรือกรมแพทย์</li> </ul> <p><b>มาตรการเมื่อครูหรือบุคลากรในโรงเรียนมีอาการ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ออกจากห้องเรียน</li> <li>- สวมหน้ากากอนามัย</li> <li>- กลับบ้าน</li> <li>- ติดต่อแพทย์หรือสายด่วนของรัฐ</li> </ul>	

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับการสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			<p><b>การกำกับติดตามมาตรการในโรงเรียน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- โดยฝ่ายบริหารของโรงเรียน</li> <li>- โดยนักเรียนรู้บนพื้นที่มีหน้าที่ตรวจตรา รั้วนั้น</li> <li>- โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข (โรงเรียนทำเรื่องขอ)</li> </ul> <p><b>วิธีการประเมินผลการเรียนในช่วงเปิดเรียน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่มีการสอบและให้คะแนน</li> <li>- ให้เกรดเฉลี่ยเทอมโดยเปรียบเทียบ กับเกรดก่อนหน้าปีได้โรงเรียน</li> <li>- หากไม่ผ่านเกณฑ์เลื่อนชั้น ให้ฝ่าย บริหารของโรงเรียนมีอำนาจในการ ตัดสินใจโดยพิจารณาจากสถานการณ์ โดยรวมและความประพฤติของนักเรียน ในช่วงหลังเปิดเรียน</li> </ul>	

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ สอนรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
เกาหลีใต้ (South Korea) 	สถานการณ์ (Situation) - ณ วันที่ 22 พฤษภาคม 2563 เกาหลีใต้ มีรายงานผู้ป่วยยืนยันจำนวน 11,142 ราย ผู้เสียชีวิตจำนวน 264 ราย ปัจจุบันมากกว่าร้อยละ 90 ของผู้ป่วยโควิด 19 รักษาหายแล้ว ที่ผ่านมายังไม่มีการรายงานการเสียชีวิตด้วยโรคโควิด 19 ในประชากรอายุนี้ อย่างไรก็ตาม ผู้ติดเชื้อในกลุ่มเด็ก อย่างไรก็ตาม พบว่ามากกว่าร้อยละ 40 ของผู้ป่วยยืนยันที่ตรวจพบตั้งแต่วันที่ 6 พฤษภาคม เป็นต้นมา เป็นวัยรุ่นมากกว่า 20 ปี	การเปิดโรงเรียนอีกครั้ง (Schools reopening) - ปกติโรงเรียนจะเปิดเทอมช่วงต้นเดือนมีนาคม แต่เนื่องจากภาระบาทของโรคโควิด 19 ทำให้โรงเรียนต้องปิด และมีการสอนออนไลน์ให้แก่นักเรียนตั้งแต่ต้นเดือนเมษายน - เกาหลีใต้มีแผนเปิดโรงเรียนอีกครั้งในวันที่ 13 พฤษภาคม 2563 แต่หลังจากมีการรายงานผู้ติดเชื้อเป็นกลุ่มก้อนในย่านสถานบันเทิงในกรุงโซล ช่วงต้นเดือนพฤษภาคม และพบผู้ติดเชื้อที่เป็นครูและนักเรียนด้วย จึงเลื่อนเปิดโรงเรียนออกไปอีกหนึ่งอาทิตย์จนถึงวันที่ 20 พฤษภาคม 2563 -ครูและนักเรียนทุกคนที่ไปที่ย่านสถานบันเทิงในระหว่างวันที่ 24 เมษายน 2563 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2563 ต้องแยกกักตนเองและเข้ารับการตรวจเชื้อ รวมถึงครูที่เป็นชาวต่างชาติ อย่างไรก็ตาม ไม่มีข้อมูลระบุว่ามีความหนาแน่นเท่าใด	ผลของการเปิดโรงเรียนอีกครั้ง (Outcome of schools reopening) - การเปิดโรงเรียนวันแรกส่วนใหญ่ราบรื่นดี อย่างไรก็ตาม มีการรายงานข่าวจำเป็นต้องปิดโรงเรียนบางแห่งอีกครั้ง เนื่องจากพบผู้ติดเชื้อโควิด 19 ในโรงเรียน และบางแห่งพบนักเรียนมีอาการคล้ายโควิด 19 ดังนี้ o เมือง Incheon : พบนักเรียนมีรอยบลายติดเชื้อโควิด 2 ราย โรงเรียนจึงมีคำสั่งให้นักเรียนทุกคนกลับบ้าน และสั่งปิดโรงเรียนไป 6 แห่ง นักเรียนทั้ง 2 รายนี้ มีประวัติไปร้านคาราโอเกะแบบหยอดเหรียญ ซึ่งอาจมีความเชื่อมโยงกับผู้ติดเชื้อเป็นกลุ่มก้อนภายในเมืองอน o เมือง Daegu: พบผู้ติดเชื้อเป็นนักเรียน 1 ราย ซึ่งมีภูมิลำเนาอยู่เมืองอื่น และมาถึงที่โรงเรียนก่อนเปิดเรียน 1-2 วัน โรงเรียนจึงมีคำสั่งให้นักเรียนทุกคนกลับบ้านไปแยกกักตนเอง พบว่าสมาชิกในครอบครัวของนักเรียนคนดังกล่าวติดเชื้อโควิด 19 เช่นกัน	ที่มา: WHO Geneva. COVID-19 Situation Report #123 (Data as of 22 May 2020) <a href="http://www.koreaherald.com/view.php?ud=20200522000198">http://www.koreaherald.com/view.php?ud=20200522000198</a> (22 May 2020) <a href="https://www.koreatimes.co.kr/www/nation/2020/05/119_289948.html">https://www.koreatimes.co.kr/www/nation/2020/05/119_289948.html</a> (22 May 2020) <a href="https://newsis.com/view/?id=NISX20200521_0001032849&amp;cID=10201&amp;pID=10200">https://newsis.com/view/?id=NISX20200521_0001032849&amp;cID=10201&amp;pID=10200</a> (21 May 2020) <a href="https://www.nst.com.my/world/world/2020/05/594400/high-school-s-korea-closed-after-student-tests-positive-covid-19">https://www.nst.com.my/world/world/2020/05/594400/high-school-s-korea-closed-after-student-tests-positive-covid-19</a> (21 May 2020) <a href="https://edition.cnn.com/2020/05/21/asia/schools-reopening-asia-coronavirus-intl-hnk/index.html">https://edition.cnn.com/2020/05/21/asia/schools-reopening-asia-coronavirus-intl-hnk/index.html</a> (21 May 2020)

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับการสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	<p>- หลังจากเกาหลีใต้ใช้มาตรการเข้มงวดในการรักษาระยะห่างทางสังคมตั้งแต่วันที่ 22 มีนาคม 2563</p> <p>สถานการณ์การติดเชื้อเริ่มต้นและมีจำนวนผู้ติดเชื้ออยู่ในระดับต่ำเป็นเวลาหลายสัปดาห์รัฐบาลจึงได้อนุญาตผ่อนปรนมาตรการรักษา ระยะห่างทางสังคมเมื่อวันที่ 6 พฤษภาคม</p> <p>- หลังจากผ่อนคลายมาตรการ ได้เกิดการระบาดครั้งใหม่เป็นกลุ่มก้อน (cluster transmission) โดยวันที่ 6 พฤษภาคม พบผู้ติดเชื้อเป็นชายอายุ 29 ปี มีประวัติไปเที่ยวสถานบันเทิงหลายแห่งในย่านอิเทวอน (Itaewon) ของกรุงโซล</p>	<p>- โรงเรียนต่าง ๆ ทอยเปิดเรียนเป็นระยะ (phase) เพื่อให้สามารถหาวิธีในการดำเนินการรักษา ระยะห่างในโรงเรียนได้ ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ วันที่ 20 พฤษภาคม 2563 : เปิดโรงเรียนระดับชั้นมัธยมปลาย ปีสุดท้าย</li> <li>○ วันที่ 27 พฤษภาคม 2563 : เปิดโรงเรียนระดับชั้นอนุบาล ประถมชั้นปีที่ 1-2 มัธยมปลาย ปีที่ 2 และมีมัธยมต้นปีที่ 3</li> <li>○ วันที่ 3 มิถุนายน 2563 : เปิดโรงเรียนมัธยมปลายปีที่ 1 มัธยมต้นปีที่ 2 และประถมชั้นปีที่ 3-4</li> <li>○ วันที่ 8 มิถุนายน 2563 : เปิดโรงเรียนมัธยมต้นปีที่ 1 และประถมชั้นปีที่ 5-6</li> </ul>	<p>นอกจากนั้น ยังมีนักเรียนจากจังหวัด North Gyeongsang (60 คน) จังหวัด North Gyeonggi (30 คน) จังหวัด North Chungcheong (5 คน) ถูกให้กลับบ้านหรือไปโรงพยาบาล หลังจากที่มีอาการคล้ายไวรัส เช่น มีไข้และเจ็บคอ โดยทางโรงเรียนเกรงว่านักเรียนบางคนและครอบครัวอาจมีประวัติสัมผัสจาก การไปเข้าโบสถ์ในระหว่าง สิ้นสุดสัปดาห์</p> <p><b>คำแนะนำจากภาคสาธารณสุข (Advice from public health sector)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ปัจจุบัน ฝ่ายสาธารณสุขกำลังจัดทำแนวทางปฏิบัติฉบับใหม่สำหรับนักเรียน เนื่องจากประเทศกำลังเข้าสู่ฤดูร้อนและอาจทำให้การสวมหน้ากาก ตลอดเวลาของนักเรียนทำได้ยาก</li> </ul>	<p><a href="https://www.bangkokpost.com/world/1919616/s-korea-logs-5-new-covid-cases-plans-to-reopen-schools">https://www.bangkokpost.com/world/1919616/s-korea-logs-5-new-covid-cases-plans-to-reopen-schools</a> (17 May 2020)</p>


## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	<p>และในวันเดียวกัน พบผู้ติดเชื้อ 215 ราย ที่มีประวัติสัมผัสชายคนดังกล่าว</p> <p>- หน่วยงานของรัฐจึงเร่งทำการตรวจหาเชื้อโควิด 19 เพื่อมุ่งควบคุมโรค โดยได้ตรวจหาเชื้อไปมากกว่า 77,000 ตัวอย่างจากผู้ที่มีประวัติที่ไปยังสถานบันเทิงที่เกี่ยวข้องในระหว่างวันที่ 24 เมษายน ถึง 6 พฤษภาคม ปัจจุบันยังไม่มีกรณียืนยันแหล่งที่มาของการแพร่เชื้อดังกล่าว แต่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสันนิษฐานว่าน่าจะเกี่ยวข้องกับการเดินทางเข้ามาจากทวีปอเมริกาเหนือหรือยุโรป</p>	<p>- การเรียนการสอนใช้วิธีผสมผสานระหว่าง on-line กับ on-site และใช้วิธีสลับเวลาเข้าเรียนของแต่ละชั้น (ภาคเช้า/ภาคบ่าย) กำหนดเวลาสอนในชั้นเรียนแบบยืดหยุ่น เพื่อให้สามารถรักษาระยะห่างทางกายได้ ทั้งนี้ โรงเรียนตัดสินใจโดยหารือกับภาคส่วนที่เกี่ยวข้องในระดับจังหวัด</p> <p>- สำหรับโรงเรียนที่มีนักเรียนน้อยกว่า 60 คน และโรงเรียนการศึกษาพิเศษ จังหวัดสามารถกำหนดนโยบายได้ด้วยตนเอง</p> <p>- กระทรวงการศึกษาธิการ มีมาตรการตรวจสอบการใช้ของครูและนักเรียน โดยใช้ระบบการวินิจฉัยด้วยตนเองทางออนไลน์ และหากมีอุณหภูมิร่างกายเกิน 37.5 องศาเซลเซียส จะไม่อนุญาตให้มาโรงเรียน</p> <p>- มาตรการต่าง ๆ ในโรงเรียน ได้แก่ การวัดอุณหภูมิของนักเรียน และทำความสะอาดเมื่อที่จุดแรกเข้าโรงเรียน การทำความสะอาดพื้นผิวที่สัมผัสบ่อย</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ด้านศูนย์ควบคุมโรคประเทศเกาหลีใต้ (Korea Centers for Disease Control and Prevention) เตือนให้วัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี ตระหนักถึงความรุนแรงการระบาดของโรคโควิด 19 เนื่องจากผู้ป่วยยืนยันที่อยู่ในวัยนี้มักไม่แสดงอาการแต่สามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้ โดยระบุว่า “เราเข้าใจว่าการระบาดของโรคโควิด 19 ทำให้คนหนุ่มสาวเกิดความเครียดในช่วงที่มีมาตรการรักษาระยะห่าง เพราะไม่ได้เรียนอย่างต่อเนื่องหรือไม่สามารถทำงานทำได้ อย่างไรก็ตาม ขอให้วัยรุ่นคำนึงถึงความปลอดภัยของชุมชนด้วย”</li> </ul>	

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับการสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	<p>- มาตรการหลังจากเกิด การระบาดครั้งใหม่ ได้แก่ การสั่งปิดผับ บาร์ และร้านอาหารโอเค จำนวน 6,800 แห่งจาก ทั้งหมด 9,000 แห่ง และเดือนเปิดโรงเรียน</p>  <p>การจัดแผนงกลางสถิตกัน ในโรงอาหาร และอนุญาตให้ นักเรียนถอดหน้ากากได้ เฉพาะเวลารับประทานอาหารกลางวัน (เครดิตภาพ: CNN)</p>	<p>การรักษาระยะห่างระหว่างโ้ดเรียน 1 เมตร การจัดให้มีปรอทวัดไข้ 1 อันต่อห้องเรียน และบางแห่ง มีการติดตั้งกล้องจับความร่อน นักเรียนต้องสวมหน้ากากตลอดเวลา ที่อยู่โรงเรียน ยกเว้น เวลา รับประทานอาหาร จัดระยะห่างที่นั่ง ในโรงอาหาร และมีแผนงกลางสถิตกันบน โต๊ะอาหาร</p> <p>- ในกรณีนี้ที่นักเรียนมีอาการระหว่าง อยู่ในโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ จะร่วมมือกับหน่วยงานดับเพลิงของ ประเทศในการรับส่งนักเรียนจาก โรงเรียนไปยังสถานบริการสุขภาพ เพื่อรับการตรวจหาเชื้อ</p> <p>- เมื่อวันที่ 20 พฤษภาคมที่ผ่านมา โรงเรียนมัธยมปลาย จำนวน 2,277 แห่ง (ร้อยละ 96.4) เปิดเรียนแล้ว ส่วนอีก 86 แห่ง ยังไม่เปิด เนื่องจากเป็น โรงเรียนใหม่หรือมีนักเรียนที่ตรวจพบเชื้อโควิด</p>	<p>ข้อสังเกตและบทเรียน (Observations and lessons learned)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ไม่ควรมองข้ามการป้องกันการติดเชื้อ ในประชากรกลุ่มวัยรุ่น (อทิ มัธยมปลาย) เพราะเป็นกลุ่มที่มีการสัจรเคลื่อนที่ และมีความไว้มี่จะรวมตัวกันเป็นกลุ่ม ในสถานที่ที่มีคนหนาแน่น หรือ เพื่อความบันเทิง หากติดเชื้อมักมี อาการไม่รุนแรง แต่สามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้</li> <li>จำเป็นต้องมีแผนสำรองฉุกเฉิน (contingency plan) ในการควบคุมโรค ในโรงเรียนและการเรียนการสอน ในกรณีนี้โรงเรียนจำเป็นต้องปิดอีกครั้ง อย่างกะทันหันเมื่อพบผู้ติดเชื้อ ในโรงเรียน</li> <li>บุคลากรในโรงเรียนทุกคนจำเป็นต้องรู้ ขั้นตอนการดำเนินการเมื่อพบนักเรียน มีอาการคล้ายโควิด 19 หรือติดเชื้อโควิด 19</li> </ul>	

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
เยอรมนี (Germany)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- โรงเรียน ป.ระถมเปิดเรียนโดยเด็กโตลงไปเรียนกันก่อน</li> <li>- ครูส่งแผนมาให้พ่อแม่ทราบล่วงหน้าว่า จะเรียนอย่างไร เตรียมตัวอย่างไร</li> </ul>	 <p>นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตระหนักรู้ทางโรงเรียน</p> <p>เครดิตภาพ: CNN</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ห้องเรียน มีนักเรียนประมาณ 20 คน จะแบ่งออกเป็นกลุ่ม ๆ เรียนคนละห้อง เพื่อไม่ให้มีเด็กมากเกินไป ประมาณห้องละ 10-12 คน เนื่องจากให้ป.4 มาเรียนก่อน ครูก็เพียงพอก็จะสอน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การเปิดสถานบันเทิงควรทำต่อเมื่อสามารถรักษามาตรการด้านความปลอดภัยและควบคุมโรคได้อย่างเต็มที่</li> </ul>	<p>“คุณแม่ท่านหนึ่งจากเยอรมัน” อ้างอิง Facebook นายแพทย์ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์</p> <p><a href="https://www.facebook.com/169838760031293/posts/1160196350995524/?d=n">https://www.facebook.com/169838760031293/posts/1160196350995524/?d=n</a></p>

## บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับการสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations Before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			<ul style="list-style-type: none"> <li>- มีกฎที่ต้องปฏิบัติตามกันคือ การล้างมือ ต้องล้างมือเมื่อมาถึงโรงเรียน (ในห้องเรียน มีอ่างล้างมือทุกห้อง) หลังเข้าห้องน้ำ หลังจกพักเบรก ก่อนทานอาหารเช้า และ มีกฎคือ ห้ามแบ่ง / แลกอาหารทานกับเพื่อน</li> <li>- เวลาพักเบรกสั้นลง รวมถึงพยายามไม่ให้เด็ก พักตรงกันเพราะจะทำให้เด็กมาเล่น ในสนามพร้อมกันจำนวนมากเกินไป และ ไม่ให้เด็กๆ เล่นกันข้ามห้อง ให้เล่นเฉพาะที่ เรียนห้องเดียวกันตอนนี้ (ลด contact ที่ไม่จำเป็น) แต่เด็กยังคงกันโดยโดยให้ รักษาระยะห่างระหว่างกัน</li> <li>- เนื้อหาที่เรียนในช่วง 2 วันแรก วิชา วิทยาศาสตร์ หัวข้อ คือ เรื่องโคโรนา เรียนเรื่องไวรัสคืออะไร แบคทีเรียคืออะไร ไวรัสกับแบคทีเรียต่างกันอย่างไร ฯลฯ และเรียนเกี่ยวกับโคโรนาไวรัส รวมถึง มาตรการป้องกันภาวะระบาดของไวรัส ฯลฯ</li> </ul>	

## ภาพกิจกรรมในต่างประเทศ

**ประเด็นที่น่าสนใจในต่างประเทศ**

**โรงเรียนประถมจีน โอเคเตียง ให้นักเรียนใส่หมวก DIY ช่วยเว้นระยะห่าง**

ประเทศจีน มีการถือความเฝ้าระวัง ทำให้โรงเรียนต้องถูกปิดนานราว 3 เดือน ล่าสุดได้เปิดเรียนอีกครั้งเมื่อสถานการณ์เริ่มดีขึ้น โดยโรงเรียนประถม Yangzheng ในทางโจว ประเทศจีน ในวันเปิดเรียนวันแรก ที่เด็กนักเรียนต้องสวมหมวกที่มีความกว้างราว 1 เมตร โดยอาจารย์ให้เด็กๆทำ เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและคุ้นเคยกับการเว้นระยะห่างทางสังคม Social Distancing ซึ่งหมวกแต่ละใบเป็นการ DIY (Do it by Yourself) ตามความคิดสร้างสรรค์



Social Distancing



## ภาพกิจกรรมในต่างประเทศ



# วิธีปฏิบัติ

## 6 ข้อปฏิบัติในสถานศึกษา รองรับสถานการณ์โควิด 19

<p><b>1. คัดกรองวัดไข้</b></p>	<p><b>2. สวมหน้ากาก</b></p>	<p><b>3. ล้างมือ</b></p>
<p><b>4. เว้นระยะห่าง</b></p>	<p><b>5. ทำความสะอาด</b></p>	<p><b>6. ลดแออัด</b></p>

## 1. วิธีการตรวจคัดกรองวัดไข้ (Screening)

### ขั้นตอนการตรวจคัดกรองวัดไข้หรือวัดอุณหภูมิร่างกายทางหน้าผาก

1. ตั้งค่าการใช้งานเป็นโหมดการวัดอุณหภูมิร่างกาย (Body Temperature) ปกติเครื่องวัดอุณหภูมิหน้าผาก มีอย่างน้อย 2 โหมด คือ โหมดการวัดอุณหภูมิพื้นผิว (Surface Temperature) ใช้วัดอุณหภูมิวัตถุทั่วไป เช่น ขวดนม หรืออาหาร และโหมดการวัดอุณหภูมิร่างกาย ใช้วัดอุณหภูมิผิวหนัง แล้วแสดงค่าเป็นอุณหภูมิร่างกาย
2. วัดอุณหภูมิ โดยใช้เครื่องวัดอุณหภูมิไปที่หน้าผาก หรือบริเวณที่ผู้ผลิตแนะนำ ให้มีระยะห่างจากผิวหนังตามที่ผู้ผลิตแนะนำ โดยทั่วไปมีระยะห่างไม่เกิน 15 เซนติเมตร (บางรุ่นอาจต้องสัมผัสกับผิวหนัง) จากนั้นกดปุ่มบันทึกผลการวัด โดยขณะทำการวัด ไม่ควรส่ายมือไปมาบนผิวหนังบริเวณที่ทำการวัด ไม่ควรมีวัตถุอื่นใดบัง เช่น เส้นผม หมวก หน้ากาก หรือเหงื่อ
3. อ่านค่าผลการวัด เมื่อมีสัญญาณเสียง หรือสัญลักษณ์ที่แสดงว่าทำการวัดเสร็จสิ้น ควรทำการวัดอย่างน้อย 3 ครั้ง หากผลการวัดไม่เท่ากัน ให้ใช้ค่ามากที่สุด หากสงสัยในผลการวัด ควรทำการวัดซ้ำด้วยเครื่องวัดอุณหภูมิทางการแพทย์ชนิดอื่นๆ เช่น เครื่องวัดอุณหภูมิแบบอินฟราเรดในช่องหู (Infrared Ear Thermometers)



## 2. วิธีการสวมหน้ากาก (Mask)

### ● มา รู้จัก หน้ากาก

- หน้ากากผ้า : สำหรับบุคคลทั่วไปที่ไม่ป่วย
- หน้ากากอนามัย : สำหรับผู้ป่วยที่มีการไอ จาม เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อ ที่ออกมากับน้ำมูก น้ำลาย
- หน้ากาก N95 : สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ที่ดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด

### ● สวมหน้ากาก เมื่อใด

- เมื่อออกจากบ้านทุกครั้ง
- ไปในสถานที่ต่าง ๆ ที่มีคนจำนวนมาก คนแออัด แหล่งชุมชน หรือพื้นที่เสี่ยง เช่น สถานศึกษา ตลาด ห้างสรรพสินค้า ชุมชนแออัด

### ● วิธีการสวมหน้ากาก

- กรณีหน้ากากผ้า : ใช้มือจับสายยางยึดคล้องใบหูทั้ง 2 ข้าง จับขอบหน้ากากให้คลุมจมูกและปาก จัดให้กระชับพอดี
- กรณีหน้ากากอนามัย : เอาด้านสีเขียวเข้มออกด้านนอก และขดลวดอยู่ด้านบนบนสันจมูก จับขอบหน้ากากให้คลุมจมูกและปาก จัดให้กระชับพอดี

### ● วิธีการถอดหน้ากาก

- กรณีหน้ากากผ้า ถอดเก็บชั่วคราวนำมาใส่ใหม่ เช่น ช่วงพักกินอาหาร ช่วงแปรงฟัน
  - ใช้มือจับสายยางยึดถอดออกจากใบหู 2 ข้าง
  - จับขอบหน้ากาก พับครึ่งและพับทบ (โดยไม่สัมผัสด้านนอกหรือด้านในของหน้ากาก)
  - เก็บใส่ถุงพลาสติกปากกว้าง พับปากถุงปิดชั่วคราว
- กรณีหน้ากากอนามัย ถอดแล้วทิ้ง
  - ใช้มือจับสายยางยึดถอดออกจากใบหู 2 ข้าง
  - จับขอบหน้ากาก พับครึ่งและพับทบ (โดยไม่สัมผัสด้านนอกหรือด้านในของหน้ากาก)
  - หย่อนใส่ถุงพลาสติกปากกว้าง ปิดสนิทก่อนทิ้ง แล้วทิ้งในถังขยะที่มีฝาปิด

**หมายเหตุ** หลังถอดหน้ากากทุกครั้ง ต้องล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์

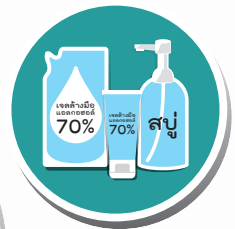


### 3. วิธีการล้างมือ (Hand wash)

- ล้างมือ ป้องกันโควิด 19 ได้อย่างไร
  - ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ
- ล้างมือ เมื่อใด
  - ก่อนกินอาหาร
  - ก่อน - หลังปรุงอาหาร
  - ก่อนสัมผัสใบหน้า
  - หลังเล่นกับเพื่อน
  - หลังไอ จาม
  - หลังออกจากห้องส้วม
  - หลังสัมผัสสัตว์เลี้ยง
  - เมื่อมาถึงบ้าน
  - เมื่อคิดว่ามือสกปรก

#### ● วิธีล้างมือ 7 ขั้นตอน

1. ฝ่ามือถูกัน
2. ฝ่ามือถูหลังมือและนิ้วถูซอกนิ้ว
3. ฝ่ามือถูฝ่ามือและนิ้วถูซอกนิ้ว
4. หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ
5. ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบด้วยฝ่ามือ
6. ปลายนิ้วมือถูฝ่ามือ
7. ถูรอบข้อมือ



ถูฝ่ามือ



ถูหลังมือ-ซอกนิ้ว



ฝ่ามือถู ฝ่ามือ และนิ้วถูซอกนิ้ว



หลังนิ้วมือ ถูฝ่ามือ



ถูนิ้วหัวแม่มือ โดยรอบด้วยฝ่ามือ



ปลายนิ้วมือ ถูข้างฝ่ามือ



ถูรอบข้อมือ

## วิธีการทำเจลล้างมือ

โรงเรียนอาจทำเจลล้างมือที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ที่มีประสิทธิภาพได้เอง โดยหาซื้อวัตถุดิบจากร้านขายเคมีภัณฑ์หรือร้านขายยาขององค์การเภสัชกรรม สามารถทำเองได้จาก 5 สูตร ดังนี้

### สูตรที่ 1 ดัดแปลงจากองค์การอนามัยโลก

วิธีทำ

- นำเอทิลแอลกอฮอล์ (ethyl alcohol 95% v/v) 833.3 มิลลิลิตร ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ (hydrogen peroxide 3%) 41.7 มิลลิลิตร และกลีเซอริน (Glycerin 98%) 14.5 มิลลิลิตร ผสมให้เข้ากันในภาชนะที่มีปริมาตรบอกขนาด 1000 มิลลิลิตร แล้วเติมน้ำกลั่นหรือน้ำต้มสุกที่ทิ้งให้เย็นแล้ว จนครบ 1000 มิลลิลิตร คนเบา ๆ ให้เข้ากัน

### สูตรที่ 2 จากองค์การอนามัยโลก

วิธีทำ

- นำไอโซโพรพิลแอลกอฮอล์ (isopropyl alcohol 75% v/v) 751.5 มิลลิลิตร ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ (Hydrogen peroxide 3%) 41.7 มิลลิลิตร และกลีเซอริน (Glycerin 98%) 14.5 มิลลิลิตร ผสมให้เข้ากันในภาชนะที่มีปริมาตรบอกขนาด 1000 มิลลิลิตร แล้วเติมน้ำกลั่นหรือน้ำต้มสุกที่ทิ้งให้เย็นแล้ว จนครบ 1000 มิลลิลิตร คนเบา ๆ ให้เข้ากัน

### สูตรที่ 3 จากกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์

วิธีทำ

- เทคาโบพอล 940 (Carbopol 940) จำนวน 2.5 กรัม ลงในน้ำร้อน 142.75 กรัม คนให้สมำเสมอ จนละลายหมด ก่อนจะปล่อยให้พองตัวเต็มที่ แล้วเติมเอทิลแอลกอฮอล์ (ethyl alcohol 95%v/v) 350 กรัม คนไปเรื่อย ๆ ให้เข้ากัน จากนั้นเติมไตรเอทานอลามีน (triethanolamine) 1.75 กรัม เพื่อปรับความเป็นกรดต่าง เติมกลีเซอริน (glycerin) 3 กรัม เพื่อช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นให้กับผิว คนส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน จะได้แอลกอฮอล์เจลประมาณ 500 กรัม

### สูตรที่ 4

วิธีทำ

- นำเอทิลแอลกอฮอล์ (ethyl alcohol 95% v/v) 75 มิลลิลิตร ผสมกับกลีเซอริน (glycerin) 5 มิลลิลิตร และ น้ำสะอาด 20 มิลลิลิตร คนส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน



## สูตรที่ 5 สูตรกรมอนามัย

ส่วนผสม ในการทำเจลแอลกอฮอล์ 1 ลิตร

- |                                       |     |           |
|---------------------------------------|-----|-----------|
| 1. คาร์โบพอล 4 กรัม                   | 4   | กรัม      |
| 2. ไตรโคลซาน 1.2 กรัม                 | 1.2 | กรัม      |
| 3. ไตรเอททานโกลามีน 9.6 มิลลิลิตร     | 9.6 | มิลลิลิตร |
| 4. แอลกอฮอล์ 95% 740 มิลลิลิตร        | 740 | มิลลิลิตร |
| 5. น้ำกลั่นหรือน้ำสะอาด 260 มิลลิลิตร | 260 | มิลลิลิตร |
| 6. สีส้มอาหารและหัวน้ำหอม             |     |           |



## วิธีทำ

1. ตวงน้ำกลั่น 200 มิลลิลิตร ลงในถ้วยตวงขนาด 1 ลิตร
  - แบ่งน้ำ 150 มิลลิลิตรไปต้มให้ร้อน
  - เทน้ำร้อนลงไปในน้ำกลั่นที่เหลือ
  - ค่อย ๆ เทคาร์โบพอลลงไปทีละนิด
  - ปั่นให้คาร์โบพอลละลาย
  - เทคาร์โบพอลจนหมด
  - ปั่นต่อจนคาร์โบพอลละลายหมด
  - กรองส่วนผสมที่ได้โดยใช้ตะแกรงกรอง
2. ตวงน้ำกลั่น 60 มิลลิลิตรลงในถ้วยตวงขนาด 100 มิลลิลิตร
  - เติมไตรเอททานโกลามีนลงไป 9.6 มิลลิลิตร
3. ตวงแอลกอฮอล์ 95 % 740 มิลลิลิตร ลงในถ้วยตวงขนาด 1 ลิตร
  - เติมไตรโคลซานลงไป 1.2 กรัม
4. นำส่วนผสมข้อ 3 เทลงไปในส่วนผสมข้อ 1
5. ปรับสีและแต่งกลิ่นตามต้องการ
6. ค่อย ๆ เทส่วนผสมข้อ 2 ลงไปในส่วนผสมข้อ 4 พร้อมกวนให้ส่วนผสมเข้ากัน
  - นำไปใส่เครื่องบรรจุเจล
  - บรรจุลงขวดตามต้องการ

## 4. การเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing)

การเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) เป็นการลดปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดระหว่างตัวเรากับบุคคลอื่น หรือลดการแพร่ระบาดของเชื้อที่ติดต่อทางละอองฝอยหรือการสัมผัส โดยการยืนหรือนั่งห่างกันอย่างน้อย 1 - 2 เมตร งดกิจกรรมที่มีการชุมนุม รวมถึงหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่น เช่น การจับมือ หรือโอบกอด รวมถึงไม่อยู่รวมกันหนาแน่นจำนวนมาก ไม่พบปะสังสรรค์ ลดการไปในสถานที่สาธารณะ ลดการให้บริการที่ไม่จำเป็น ลดกิจกรรมที่มีคนหนาแน่น การเว้นระยะห่างทางสังคมเป็นมาตรการทางสาธารณสุขช่วยลดอัตราการเสียชีวิตในการสัมผัสโรคป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากการติดเชื้อและลดปริมาณผู้ติดเชื้อ

### การเว้นระยะห่างทางสังคม แบ่งเป็น 3 ระดับ

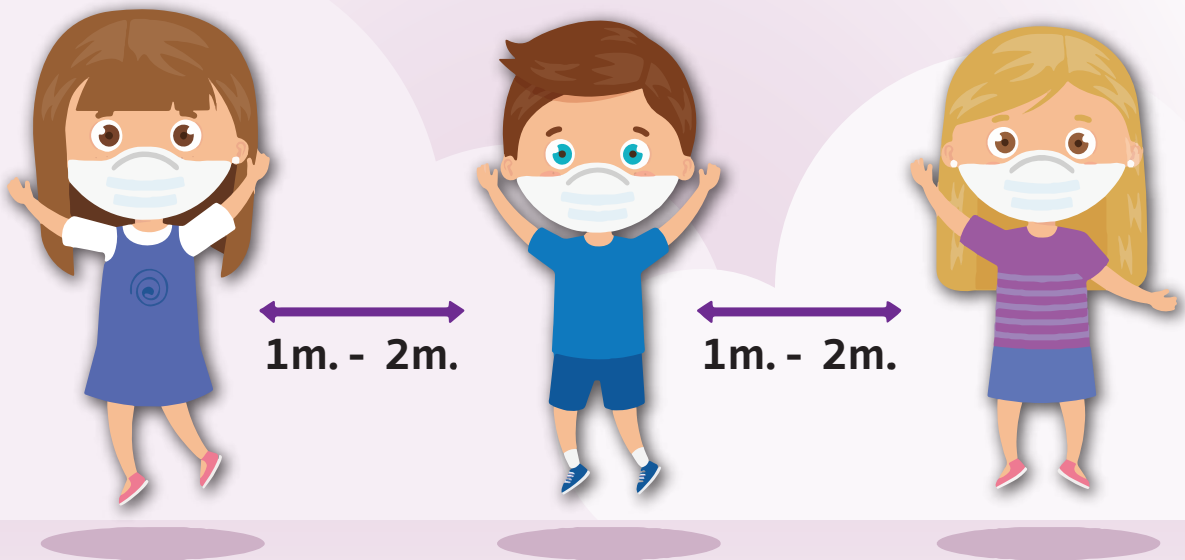
**1. ระดับบุคคล** โดยเฉพาะเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 5 ปี กลุ่มผู้สูงอายุ และกลุ่มผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว ควรต้องระมัดระวังในการป้องกันตัวเอง ไม่ควรเดินออกจากที่พักอาศัย เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีภูมิคุ้มกันค่อนข้างต่ำ อาจทำให้ติดเชื้อได้ง่ายกว่ากลุ่มอื่น ๆ และให้งดกิจกรรมในชุมชน โดยยึดหลัก 3 ล (ลด เลี่ยง ดูแล) และเว้นระยะห่างจากผู้อื่น 1 - 2 เมตร เพราะเชื้อไวรัสสามารถติดต่อผ่านละอองขนาดเล็กที่มาจากการไอหรือจามได้ รวมทั้งหลีกเลี่ยงการรวมตัวของคนหมู่มาก หลีกเลี่ยงการใช้ขนส่งสาธารณะ ไม่เข้าร่วมกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ลดการออกไปนอกบ้านโดยไม่จำเป็น เช่น การไปงานเลี้ยงสังสรรค์ หรือการไปจ่ายตลาด อาจปรับให้น้อยที่สุดสัปดาห์ละ 1 - 2 วัน

**2. ระดับองค์กร** ควรพิจารณาการเหลื่อมเวลาทำงาน หรือการทำงานที่บ้าน (Work from home) เป็นวิธีที่ช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อและการแพร่เชื้อจากการเดินทางด้วยขนส่งสาธารณะที่มีความแออัดในช่วงชั่วโมงเร่งด่วน เป็นการป้องกันการแพร่เชื้อทั้งภายในและภายนอกที่ทำงานได้ ด้วยการอยู่ที่บ้านทำความสะอาดบ้าน และไม่นำเชื้อโรคเข้าบ้าน และสำหรับผู้ที่ต้องเดินทางออกจากบ้านเป็นประจำ เมื่อกลับเข้าบ้านควรล้างมือทันที หลังจากนั้นควรเปลี่ยนชุดอาบน้ำชำระร่างกาย และแยกซักเสื้อผ้าที่สวมใส่วันนั้นด้วย

**3. ระดับชุมชน** การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ควรลดหรืองดกิจกรรมต่าง ๆ หรือหากไม่สามารถงดหรือเลื่อนได้ เช่น งานศพ ควรลดจำนวนของผู้ที่มาร่วมงาน จัดเก้าอี้ หรือสถานที่ให้อยู่ห่างกันพอสมควร และจัดพื้นที่สำหรับล้างมือหรือเจลแอลกอฮอล์ให้ผู้มาร่วมงาน โดยทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย รวมทั้งพยายามให้ช่วงเวลาที่จัดงานให้สั้นที่สุดเท่าที่จำเป็น และลดกิจกรรมที่อาจมีการสัมผัสระหว่างกัน ส่วนสถานที่ที่ยังเปิดบริการ เช่น สถานีขนส่ง ขนส่งสาธารณะ ตลาด ผู้ดูแลสถานที่เหล่านี้ควรปฏิบัติตามแนวทางสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมอย่างเคร่งครัด เพื่อให้ประชาชนเว้นระยะห่างระหว่างตัวเองและผู้อื่น

## แนวปฏิบัติการเว้นระยะห่างจากสังคม (Social distancing) ในสถานศึกษา

1. ให้จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร เช่น ห้องเรียน ห้องเรียนร่วม ห้องพักครู หรือสถานที่ต่าง ๆ ในสถานศึกษา ต้องจัดระบบระเบียบในการนั่ง การยืน เข้าแถวต่อคิว การเดิน การเล่น อย่างเคร่งครัด
2. หลีกเลี่ยงการทักทายที่มีการสัมผัสร่างกายและใกล้ชิดกับผู้อื่น เช่น จับมือ กอด หอมแก้ม
3. ส่งเสริมให้กินอาหารจานเดียวหรืออาหารแบบกล่อง ไม่รับประทานร่วมกัน หากจำเป็นต้องกินร่วมกัน ต้องใช้ช้อนส่วนตัว ต้องนั่งเว้นระยะห่างกัน ระหว่างโต๊ะระหว่างบุคคล โดยจัดโต๊ะจัดเก้าอี้ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร และกำหนดจุดตำแหน่งมีสัญลักษณ์ที่นั่งโต๊ะอาหาร ถือว่าเป็นระยะที่ปลอดภัยและลดการแพร่กระจายเชื้อ



## 5. การทำความสะอาด (Cleaning)

### วิธีการทำความสะอาด มีหลักปฏิบัติ ดังนี้

1. จัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาดอย่างเพียงพอ ได้แก่ น้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยาฟอกขาว อุปกรณ์การตวง ถูขยี้ะ ถังน้ำ ไม้ถูพื้น ผ้าเช็ดทำความสะอาด อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน อาทิ ถุงมือ หน้ากากผ้า เสื้อผ้าที่จะนำมาเปลี่ยนหลังทำความสะอาด

#### 2. เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดพื้นผิวที่เหมาะสม

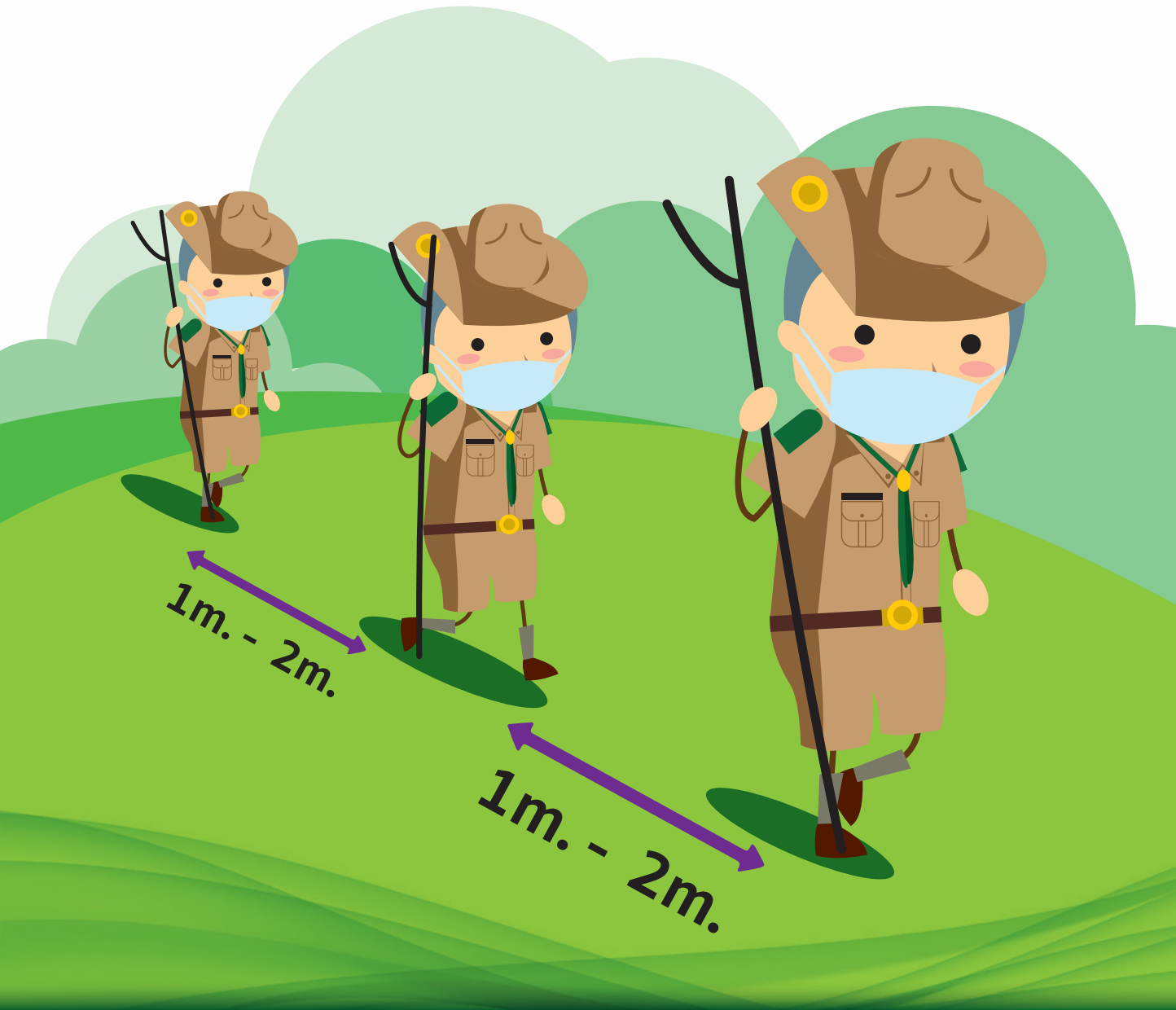
- กรณีสิ่งของอุปกรณ์เครื่องใช้ แนะนำให้ใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% ในการเช็ดทำความสะอาด
  - กรณีเป็นพื้นที่ยิ่งใหญ่ เช่น พื้นห้อง แนะนำให้ใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ 0.1% (น้ำยาซักผ้าขาว) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5%
  - ตรวจสอบคุณลักษณะของน้ำยาทำความสะอาดบนฉลากข้างขวดผลิตภัณฑ์ วันหมดอายุ รวมถึงพิจารณาการเลือกใช้น้ำยา ขึ้นอยู่กับชนิดพื้นผิววัสดุ เช่น โลหะ ผนัง พลาสติก
3. เตรียมน้ำยาทำความสะอาดเพื่อฆ่าเชื้อตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์
4. สื่อสารให้ความรู้ขั้นตอนการทำความสะอาดที่ถูกต้องและเหมาะสม

#### ข้อควรระวัง

- สารที่ใส่ฆ่าเชื้อ ส่วนใหญ่เป็นชนิดสารฟอกขาว อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เนื้อเยื่ออ่อน ควรระวังไม่ให้เข้าตาหรือสัมผัสโดยตรง
- หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค
- ไม่ควรผสมน้ำยาฟอกขาวกับสารทำความสะอาดอื่นที่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย
- ไม่ควรนำถุงมือไปใช้ในการทำกิจกรรมประเภทอื่น ๆ ใช้เฉพาะการทำความสะอาดเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ
- หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำความสะอาด



1. หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่มีการรวมตัวกันจำนวนมาก เช่น กีฬาสี ค่ายลูกเสือ
2. ลดระยะเวลาในการทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็น
3. จำกัดจำนวนนักเรียนในการทำกิจกรรมร่วมกันและมีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล
4. หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่แออัดหรือแหล่งชุมชนหรือพื้นที่เสี่ยง





คำสั่งกระทรวงสาธารณสุข  
ที่ ๒๒๙ /๒๕๖๓

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

ด้วยสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) ที่ยังไม่คลี่คลายและยังอยู่ในช่วงเฝ้าระวังและต้องดำเนินการตามมาตรการป้องกันโรคและการเฝ้าระวังที่ศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 กำหนดอย่างเคร่งครัด กอปรกับกระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดให้มีการเปิดภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ในวันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓ จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญในการวางแผน กำหนดมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 แบบบูรณาการมีส่วนร่วมให้เกิดเป็นรูปธรรมและถือเป็นแนวทางการปฏิบัติต่อไป

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพ และบรรลุตามวัตถุประสงค์ อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๒๑ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ และที่แก้ไขเพิ่มเติม ปลัดกระทรวงสาธารณสุขจึงแต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 โดยมีองค์ประกอบ หน้าที่และอำนาจ ดังนี้

๑. องค์ประกอบ

๑.๑	ปลัดกระทรวงสาธารณสุข	ที่ปรึกษา
๑.๒	ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ	ที่ปรึกษา
๑.๓	เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน	ที่ปรึกษา
๑.๔	ประธานราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย	ที่ปรึกษา
๑.๕	อธิบดีกรมอนามัย	ประธาน
๑.๖	รองอธิบดีกรมอนามัย ที่ได้รับมอบหมาย	รองประธาน
๑.๗	รองอธิบดีกรมการแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๘	รองอธิบดีกรมควบคุมโรค ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๙	รองอธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๑๐	รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๑๑	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๑๒	รองเลขาธิการคณะกรรมการอาหารและยา ที่ได้รับมอบหมาย	กรรมการ
๑.๑๓	ผู้แทนองค์การอนามัยโลกประจำประเทศไทย	กรรมการ
๑.๑๔	ผู้แทนองค์การทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ ประจำประเทศไทย	กรรมการ
๑.๑๕	ผู้แทนประธานกรรมการกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา	กรรมการ
๑.๑๖	ผู้แทนประธานราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย	กรรมการ
๑.๑๗	ผู้แทนผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ	กรรมการ
๑.๑๘	ผู้แทนเลขาธิการสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน	กรรมการ
๑.๑๙	ผู้แทนเลขาธิการสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมศึกษาเอกชน สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ	กรรมการ
๑.๒๐	ผู้อำนวยการสำนักบูรณาการกิจการการศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ	กรรมการ
๑.๒๑	ผู้อำนวยการศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ	กรรมการ
๑.๒๒	ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย	กรรมการ และเลขานุการ
๑.๒๓	นางปนัดดา จันทอง สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย	กรรมการ และผู้ช่วยเลขานุการ

๒. หน้าที่และอำนาจ

- ๒.๑ วางแผน กำหนดทิศทาง และจัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) ให้เหมาะสมและทันต่อสถานการณ์
- ๒.๒ พิจารณาและให้ข้อเสนอแนะทางวิชาการ คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ให้มีคุณภาพถูกต้อง ครบถ้วน และเอื้อต่อการปฏิบัติ
- ๒.๓ เสนอมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ต่อกระทรวงสาธารณสุข เพื่อเสนอต่อศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
- ๒.๔ ออกแบบกลไกสนับสนุนการดำเนินงานของสถานศึกษาโดยการมีส่วนร่วมจากหน่วยงานทุกภาคส่วนและทุกระดับ
- ๒.๕ กำกับติดตามผลการดำเนินงาน เพื่อรายงานผลต่อผู้บริหารทราบ
- ๒.๖ แต่งตั้งคณะอนุกรรมการหรือคณะทำงานตามความจำเป็นและเหมาะสม
- ๒.๗ ปฏิบัติหน้าที่อื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓

(นายศุภชัย ศิริลักษณ์)  
รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
หัวหน้าศูนย์กำกับติดตามการสาธารณสุข

ร่าง .....  
พิมพ์ .....  
ตรวจ .....  
.....



คำสั่งกรมอนามัย  
ที่ ๒๖๐ / ๒๕๖๓

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) ที่ยังมีไม่คลายและยังอยู่ในช่วงมีระบาดอย่างต่อเนื่องตามมาตรการป้องกันวิกฤตการณ์สุขภาพที่ศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 กำหนดอย่างเคร่งครัด กอปรกับกระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดให้มีการเปิดภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๓ ในวันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓ จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญในการวางแผน กำหนดมาตรการป้องกันโรคในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 แบบบูรณาการการมีส่วนร่วมให้เกิดเป็นรูปธรรมและถือเป็นแนวทางการปฏิบัติต่อไป

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพ และบรรลุตามวัตถุประสงค์ จึงมีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการจัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 โดยมีองค์ประกอบ ดังนี้

๑. นายสรวิชัย บุษฤกษ์ รองอธิบดีกรมอนามัย ประธาน
๒. นายกิตติศักดิ์ แซ่เจ็ง รักษาการนายแพทย์ทรงคุณวุฒิ กรมอนามัย รองประธาน
๓. นายสมชาย แซ่พิง รองอธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ รองกรรมการ
๔. นางจินตนา พันธ์นาคศรี รักษาการนักวิชาการสาธารณสุขทรงคุณวุฒิ กรรมการ
๕. นางปิยธิดา ประเสริฐธุมภ์ ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข กรรมการ
๖. นางสาวจิราพร ชิตดี สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กรรมการ
๗. นางอังคณา อุทัยอยู่ สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กรรมการ
๘. นางสาวศุภมาส ไร่นาสถปนิก สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กรรมการ
๙. นางสาวปวีณาพร นพวงษ์ ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย กรรมการ
๑๐. นางสาวกมลทิพย์ โชติวีระชัย ผู้อำนวยการสำนักโภชนาการ กรมอนามัย กรรมการ
๑๑. นางสาวรศิษา ศิวะทวีสันต์ สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กรรมการ
๑๒. นางสาวจิ่งรัก สอนสงคราะห์ สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กรรมการ
๑๓. นางสาวกรมชล ธนเจริญวิเชียร สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กรรมการ
๑๔. นายพิรุณสุข สาธุกุล ผู้อำนวยการสำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กรรมการ

๑๕. ร้อยโทหญิง นิชากรรัตน์...

๑๕. ร้อยโทหญิง นิชากรรัตน์ ปัญจิกรพัฒน์ สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กรรมการ
๑๖. นายสมศักดิ์ ศิริวาริณารัตน์ ผู้อำนวยการสำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย กรรมการ
๑๗. นางสาวกมลพร ศักดิ์พิชัยศิลป์ สำนักสุขภาพอาหารและน้ำ กรมอนามัย กรรมการ
๑๘. นางสาวอมรอม ชำนิม ผู้อำนวยการสำนักสุขภาพอาหารและน้ำ กรมอนามัย กรรมการ
๑๙. นายสมชาย ตู่แก้ว ผู้อำนวยการสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย กรรมการ
๒๐. นางเมธีรชญา อายากิจ สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย กรรมการ
๒๑. นางสาวปวีณา ใจนงการ สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย กรรมการ
๒๒. นางสาวกัญญาณัฐ ทันทิมสิริ สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย กรรมการ
๒๓. นายวิชัย รอดโรจน์ ผู้อำนวยการศูนย์สื่อสารสาธารณะ กรมอนามัย กรรมการ
๒๔. นางศุภรัตน์ อรุณพงษ์พัฒนา ศูนย์สื่อสารสาธารณะ กรมอนามัย กรรมการ
๒๕. นายอุดม อัศวุตมางกูร ผู้อำนวยการกองจัดการมลพิษทางอากาศ กรมอนามัย กรรมการ
๒๖. นางสาววิชญา ระโนงฐาน กองจัดการทางอากาศดีสุขภาพ กรมอนามัย กรรมการ
๒๗. นายโสมกัญญา วัฒนศิริการ ผู้อำนวยการกองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๒๘. นางสาวสมานดี ศักดิ์ศรีวัฒนดี กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๒๙. นายเชษฐา ภูมิเจริญ กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๐. นางสาวมาลีพร ท่าสาสุข กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๑. นางสาวณิชาภัทร คูศิริวัฒน์ กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๒. นางสาวณัฐชญา เหลืองสืบสิทธิ์ กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๓. นางสาวจริยา ดานหนองเป็ด กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๔. นางสาวกนกนิกข์ เทวีอุทัย กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๕. นางศศิธร สังข์สวัสดิ์ ผู้อำนวยการกองป้องกันโรคระบาด กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๖. นางสาวชญาดา เกตุมงคลการ กองป้องกันโรคระบาด กรมควบคุมโรค กรรมการ
๓๗. นายชยุตพร พงษ์ประพัฒน์ ผู้อำนวยการกองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรรมการ
๓๘. นายสุพจน์พร ขวัญชื่น กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรรมการ
๓๙. นางสาวณัฐชญา ขุมทอง กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรรมการ
๔๐. นายเลิศชาย เลิศวุฒิ ผู้อำนวยการกองพัฒนาคุณภาพผู้รับโรค สำนักโรคติดต่อและการรักษาพยาบาล กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรรมการ
๔๑. นางสาวณิชากร บำรุงพร กองพัฒนาศักยภาพผู้รับโรค สำนักโรคติดต่อและการรักษาพยาบาล กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรรมการ
๔๒. นายสมเกียรติ ลลิตวงศา ผู้อำนวยการสถานีสุนัขทางเดินเท้าแห่งชาติ กรมราชภัฏ กรมการแพทย์ กรรมการ

๔๓. รองศาสตราจารย์วราวุฒ...

๔๓. รองศาสตราจารย์วราวุฒ พรหมณานิช วานเดอทิพย์ สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์ กรรมการ
๔๔. นางสาวอุบลวดี จิ่งกัญญศิริวัฒน์ ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมสุขภาพเด็ก กรรมการ
๔๕. นางสาวศุภพร เตื้ออภินิษฐ์วัฒน์ สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมสุขภาพเด็ก กรรมการ
๔๖. นางสาวรัตนดา แสงบัวเมือง ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สพฐ. กรรมการ
๔๗. พันจ่าเอก แดงนันทชัย คงสม สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สพฐ. กรรมการ
๔๘. นายเทวีชาติ ชัยพงษ์ ผู้อำนวยการสำนักเทคโนโลยีเพื่อการเรียนการสอน สพฐ. กรรมการ
๔๙. นางอังคณา ม่วงปอด สำนักเทคโนโลยีเพื่อการเรียนการสอน สพฐ. กรรมการ
๕๐. นางสาววิไลดา เวียงไชยวงค์ ผู้อำนวยการสำนักพัฒนาทักษะสมรรถนะนักเรียน สพฐ. กรรมการ
๕๑. นางอังชฌารามณ์ ตั้งอุทัยสุข สำนักพัฒนาทักษะสมรรถนะนักเรียน สพฐ. กรรมการ
๕๒. รองศาสตราจารย์รัตดา เหมมาสุวรรณ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ กรมการแพทย์ กรรมการ
๕๓. นางสาวอาทิตย์ งามประเสริฐ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล กรมการแพทย์ กรรมการ
๕๔. นายโพธิ์โรจน์ เสาบัวงาม ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ สสส. กรมการแพทย์ กรรมการ
๕๕. นางรัตนารัตน์ อิงแถม สำนักงานผู้แทนองค์การอนามัยโลก ประจำประเทศไทย กรมการแพทย์ กรรมการ
๕๖. นางณภัทร ทิศาลบุตร องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งประชาชาติ ประจำประเทศไทย กรมการแพทย์ กรรมการ
๕๗. นายรังสรรค์ วิบูลย์ปัทม์ องค์การทุนเพื่อเด็กแห่งประชาชาติ ประจำประเทศไทย กรมการแพทย์ กรรมการ
๕๘. นางสาวศรัทธา โสดาปัดชา สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรรมการ
๕๙. นายเอกชัย เพ็ชรศรีวิจิตร ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรรมการ
๖๐. นางปวีณา ใจนงการ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรรมการ
๖๑. นางสาวณัฐชญา อ่อนศรี สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรรมการ
๖๒. นางสาววิมลนิภา ชัยนงนาคร์ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กรรมการ

หน้า ๓

หน้าที่และอำนาจ

๑. วัตถุประสงค์ในการมี แผนและ จัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) ให้เหมาะสมและทันต่อสถานการณ์
๒. ประสาน รวบรวม และจัดทำคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ให้มีความถูกต้อง ครบถ้วน และเอื้อต่อการปฏิบัติงาน
๓. สื่อสาร เผยแพร่ และถ่ายทอดมาตรการ และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ให้มีหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเข้าใจและนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง
๔. ติดตาม ประเมินผล และให้ข้อเสนอแนะในการดำเนินงานจัดทำมาตรการ และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19
๕. รายงานผลการดำเนินงานต่อคณะกรรมการจัดทำมาตรการด้านสาธารณสุขในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

๖. ปฏิบัติหน้าที่อื่น ๆ ตามที่มอบหมาย

ตั้ง ณ วันที่ ๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓

นางพรหมมาสดี ปัญญา  
อธิบดีกรมอนามัย

## รายชื่อคณะทำงาน

### คณะทำงานวิชาการหลัก

1. รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงลัดดา เหมาะสุวรรณ  
ประธานศูนย์ข้อมูลและวิจัย  
ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และ  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. นายแพทย์เอกชัย เพียรศรีวัชรา  
ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
3. แพทย์หญิงสุรชาติทิพย์ เอมเปรมศิลป์  
ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์  
โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
4. นางรัตนภรณ์ อิงแฮม  
สำนักงานองค์การอนามัยโลกประจำประเทศ
5. นางณภัทร พิศาลบุตร  
เจ้าหน้าที่สื่อสารเพื่อการพัฒนาองค์การยูนิเซฟประเทศไทย
6. นายรังสรรค์ วิบูลอุปถัมภ์  
Education officer องค์การยูนิเซฟประเทศไทย
7. นายแพทย์กิตติพงษ์ แซ่เจ็ง  
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
8. ทันตแพทย์หญิงปิยะดา ประเสริฐสม  
ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
9. ทันตแพทย์หญิงจิราพร ชิตดี  
ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
10. นางอังศมา ฤทธิอยู่  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ  
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
11. นางสาวชนิกา โรจน์สกุลพานิช  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
12. นางสาวปาจริย์ภัทร นาควารี  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
13. นางสาวพรวิภา ดาวดวง  
นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ  
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย
14. นางสาวใจรัก ลอยสงเคราะห์  
นักโภชนาการปฏิบัติการ  
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย
15. นางสาวนฤมล ธนเจริญวัชร  
นักโภชนาการปฏิบัติการ  
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย
16. นางณิรนุช อภาจรธ  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ  
สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย
17. นางสาวปาริชาติ จำนงการ  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย
18. นางสาวพรเพชร ตักดีศิริชัยศิลป์  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ  
สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย
19. นางสาวเอมอร ชันมี  
นักวิชาการสาธารณสุข  
สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย
20. แพทย์หญิงธนาวดี ตันติทวีวัฒน์  
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ  
กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
21. นางสาวณิชาภัทร คูกิติรัตน์  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
22. นางสุชาดา เกิดมงคลการ  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ  
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค
23. แพทย์หญิงศุภฎี จิงศิริกุลวิทย์  
ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์  
กรมสุขภาพจิต
24. แพทย์หญิงศุภรดา เอื้ออภิสิทธิ์วงศ์  
สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์  
กรมสุขภาพจิต
25. นายยุทธพงษ์ ขวัญชื่น  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ  
กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
26. นางสาวนิษฐา ระโหฐาน  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย
27. นางปณิตดา จันทร์่อง  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ  
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
28. นางสาวอัญชุลี อ่อนศรี  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
29. นางสาววัลนิภา ชัยยะมาตร์  
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ  
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
30. นางสาวศัทธิยา โสตาปัตตา  
นักวิชาการสาธารณสุข  
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย













**กรมอนามัย**  
DEPARTMENT OF HEALTH



<https://bit.do/schoolcovid-19>