

แนวทางการจัดการด้านสุขอนามัย และอนามัยสิ่งแวดล้อม



กรณี **Home Quarantine**
(การจัดระบบควบคุมไว้สังเกต)

แนวทางการจัดการด้านสุขอนามัยและอนามัยสิ่งแวดล้อม

กรณี Home Quarantine (การจัดระบบควบคุมไว้สังเกต)



Home Quarantine



1 บ้าน



2 อาคารชุด

1 อยู่คนเดียว

2 อยู่ร่วมกับครอบครัว

1 อยู่คนเดียว

2 อยู่ร่วมกับครอบครัว



3 อยู่ร่วมกับคนอื่น

มาตรการ 3 ล

ลด

ลดความเสี่ยงจากการสัมผัส



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือ แอลกอฮอล์เจลให้บ่อยขึ้น โดยเฉพาะเมื่อเข้าไปอยู่ในพื้นที่สาธารณะ

เลี่ยง

เลี่ยงไม่เข้าไปที่ระบาดของโรค



หลีกเลี่ยงการไปในพื้นที่ที่มีคนหนาแน่น หากจำเป็นต้องไป ให้ใส่หน้ากากผ้าทุกครั้ง

ดูแล

ดูแลสุขภาพตนเองและสังคม



รักษาสุขภาพตนเอง กินร้อน ช้อนกลาง ทำร่างกายให้แข็งแรง

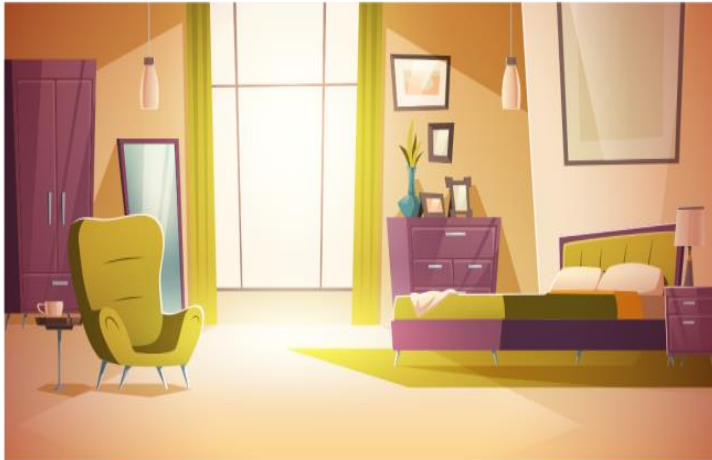


รักษาสุขภาพสังคม เมื่อกลับจากพื้นที่เสี่ยง ดูแลตนเองไม่น้อยกว่า 14 วัน

ที่พัก สิ่งของ เครื่องใช้ส่วนตัว

กรณีต้องอยู่ร่วมกับครอบครัว/พักร่วมกับผู้อื่น

กรณีแยกสถานที่ชัดเจน



ห้องพักโปร่ง ระบายอากาศดี
มีแสงแดดเข้าถึง



แยกห้องนอน ของใช้ส่วนตัว



แยกทำความสะอาด

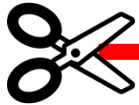
กรมอนามัย

อาหารและน้ำ

กรณีแยกสถานที่ชัดเจน



แยกรับประทานอาหาร



กรณีต้องอยู่ร่วมกับครอบครัว/พักร่วมกับผู้อื่น



ไม่ใช่ของส่วนตัว ไม่ดื่มน้ำและไม่
รับประทานอาหารสำหรับเดียวกับที่
เดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง และแยกทำ
ความสะอาด

- ไม่รับประทานอาหารร่วมกับคนในครอบครัว
- ตักแบ่งอาหารมารับประทานต่างหาก
- เก็บล้างภาชนะ ด้วยน้ำยาล้างจาน ผึ่งให้แห้งและตากแดด



การจัดการขยะและการดูแลส้วม

กรณีแยกสถานที่ชัดเจน

กรณีต้องอยู่ร่วมกับครอบครัว/พักร่วมกับผู้อื่น

การจัดการขยะ



ให้แยกขยะ เป็น 2 ประเภท แล้วใส่ลงถังเพื่อให้ อปท. เก็บขนนำไปกำจัดต่อไป

ขยะทั่วไป (เช่น ถุงพลาสติก ภาชนะใส่อาหารแบบใช้ครั้งเดียว ขวด เป็นต้น) ให้เก็บรวบรวมเป็นขยะทั่วไป

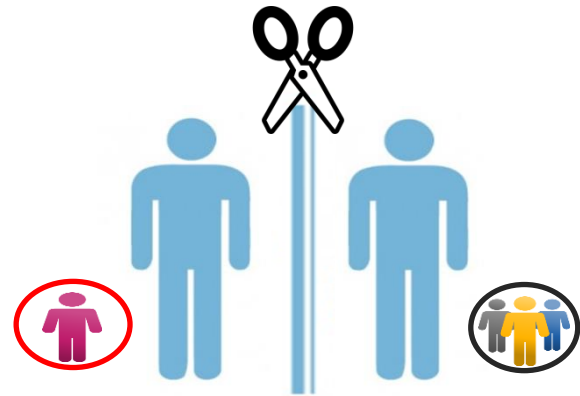
ขยะที่สัมผัสสารคัดหลั่งโดยตรง ได้แก่ ขยะที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย สารคัดหลั่ง (เช่น หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู) ในแต่ละวันให้เก็บรวบรวม และทำลายเชื้อ โดยใส่ถุงขยะ 2 ชั้น ทำลายเชื้อมด้วยน้ำยาฟอกขาว แล้วมัดปากถุงให้แน่น นำไปทิ้งร่วมกับขยะทั่วไป



การดูแลส้วม



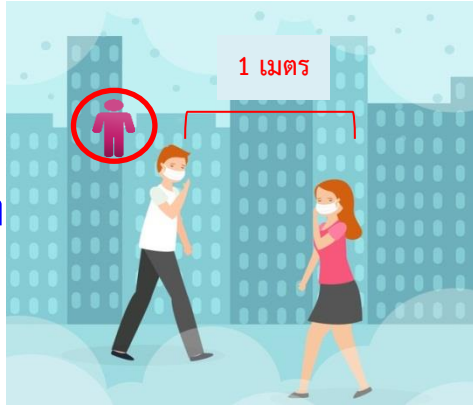
ทำความสะอาดโถส้วม
อ่างล้างมือ หลังใช้ส้วม



- ให้แยกการใช้ส้วมได้ให้แยกกัน
- **กรณีแยกไม่ได้** ให้ควรใช้ห้องส้วมเป็นคนสุดท้าย ทำความสะอาดโถส้วม อ่างล้างมือ หลังใช้ส้วม ให้ปิดโถ ก่อนกดชักโครกทุกครั้ง

การอยู่ในพื้นที่ส่วนกลาง/ชุมชน

กรณีแยกสถานที่ชัดเจน



พื้นที่ส่วนกลาง

ใช้หน้ากาก รักษาระยะห่างไม่น้อยกว่า 1 เมตร หรือใช้เวลาให้สั้นที่สุดหากต้องใช้พื้นที่ร่วมกับผู้อื่นในบริเวณจำกัด เช่น ลิฟท์

กรณีต้องอยู่ร่วมกับครอบครัว/พักร่วมกับผู้อื่น



หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ ผู้ป่วยด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด เบาหวาน ปอดอุดกั้นเรื้อรัง ความดันโลหิตสูง

พื้นที่ชุมชน

งดกิจกรรมนอกบ้าน หยุดงาน หยุดเรียน งดไปในที่ชุมชน งดใช้ขนส่งสาธารณะ



คนอื่นๆ ปฏิบัติตัวตามปกติ ทั้งนี้อาจต้องให้ข้อมูลกับสถานที่ทำงาน สถานศึกษา

กรมอนามัย

การจัดการพื้นที่ส่วนกลางในคอนโดมิเนียมหรืออพาร์ทเมนท์



- ทำความสะอาดพื้นที่ส่วนกลางเป็นประจำทุกวัน และเพิ่มความถี่ในจุดเสี่ยงโดยใช้น้ำยาฆ่าเชื้อเช็ดทำความสะอาดบริเวณที่มีการสัมผัสร่วมกันบ่อยๆ เช่น ราวบันได ปุ่มกดลิฟท์ ลูกบิดประตู ตู้จดหมาย ป้ายประชาสัมพันธ์ โต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ฟิตเนส เครื่องเล่นเด็ก รวมทั้งอาจจัดให้มีจุดบริการแอลกอฮอล์เจล 70% บริเวณจุดเข้าออกต่างๆ เช่น หน้าลิฟท์ ประตูเข้า-ออกอาคาร พื้นที่ส่วนกลาง เป็นต้น



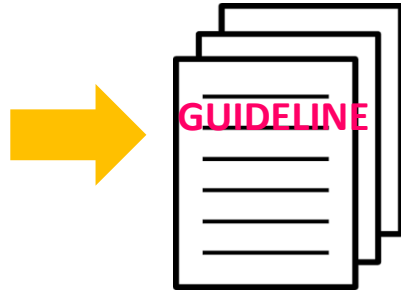
- มีช่องทางประชาสัมพันธ์ ให้ข้อมูลเกี่ยวกับ โควิดไวรัส และแนวทางการปฏิบัติตัวให้ผู้อยู่อาศัยรับทราบ



กรอบการปฏิบัติการ

สสจ. และ

เครือข่ายบริการสุขภาพ



- ให้คำแนะนำปชช.และภาคีเครือข่ายในการปฏิบัติตามแนวทาง
- สื่อสารช่องทาง ปชช.ในการเข้าถึงข้อมูลการปฏิบัติที่ถูกต้อง



คำแนะนำประชาชน
Infographic
วิถีทัศน์

<https://www.anamai.moph.go.th/>



ศูนย์อนามัย

- ให้คำปรึกษา
- สนับสนุนวิชาการ



ประชาชน

ลดการสัมผัส

ประชาชน

เสี่ยงไม่เข้าที่แออัด

ดูแลตนเองและสังคม

เป้าหมาย

- มีหมอนักกักตัวใช้ประจำตัว เพียงพอ 3 ชั้น/คน (รวม 201 ล้านชิ้น)
- สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ

Operation Pack Kit



Drive in

All Setting
All Cluster
All Area

2 สถานประกอบการ



มาตรการ 3 ป.

3 ประชากรรวมตัว





Thank YoU



โควิด 19 เราป้องกันได้

Local Quarantine



อาคารสถานที่



อนามัยสิ่งแวดล้อม
ที่ต้องให้ความสำคัญ



สุขาภิบาล
อาหารและน้ำ



สิ่งปฏิกูล



ขยะ