



12 มิถุนายน 2552

เรื่อง ขอความร่วมมือในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช 1 เอ็น 1) กรณีเกิดโรคในสถานศึกษา
เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ทุกจังหวัด

อ้างถึง หนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ด่วนมาก ที่ มท 0893.2/ว 935 ลงวันที่ 19 พฤษภาคม 2552

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. สำเนาหนังสือกระทรวงสาธารณสุข ด่วนที่สุด ที่ สธ 0437.4/ว 480 ลงวันที่ 29 พฤษภาคม 2552
2. คำแนะนำในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช 1 เอ็น 1)
กรณีเกิดโรคในสถานศึกษา จำนวน 1 ชุด

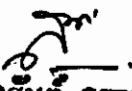
ตามที่กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ได้ขอความร่วมมือให้จังหวัดแจ้งประชาสัมพันธ์คำแนะนำ
สำหรับสถานศึกษา เรื่อง การป้องกัน และควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช 1 เอ็น 1) ให้องค์กร
ปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีสถานศึกษา/ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในสังกัดได้ศึกษา และถือเป็นแนวทางปฏิบัติแล้ว นั้น

กระทรวงสาธารณสุขแจ้งว่า การแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช 1 เอ็น 1)
ในหลายประเทศกำลังขยายตัวไปประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก ลักษณะการแพร่ระบาดของแต่ละประเทศมักเริ่มในเขตเมือง
และในโรงเรียน จนพบการระบาดขยายไปอย่างรวดเร็วในวงกว้าง เช่น มีนักเรียนป่วยหลายร้อยคนในการระบาด
ที่ประเทศญี่ปุ่นที่ผ่านมา เป็นต้น ประเทศไทยมีความเสี่ยงมากที่จะเกิดการระบาดอย่างต่อเนื่องภายในประเทศ
เช่นเดียวกับประเทศอื่น ๆ ซึ่งสถานศึกษาเป็นแหล่งชุมชนกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงสูง มีนักเรียน นิสิต และ
นักศึกษาเป็นจำนวนมาก เนื่องจากเป็นแหล่งของการแพร่กระจายเชื้อโรคไปได้อย่างรวดเร็ว จึงเห็นควรให้มีการเตรียม
ความพร้อมในสถานศึกษาทุกแห่ง เพื่อการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช 1 เอ็น 1) กรณีเกิดโรค
ในสถานศึกษา ทั้งนี้ เพื่อความปลอดภัยจากการเจ็บป่วย และเสียชีวิตของครู นักเรียน นิสิต นักศึกษา และบุคลากร
อื่น ๆ ในสถานศึกษา และเป็นการร่วมมือในการควบคุมการระบาดของโรคในประเทศ

ในการนี้กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจึงขอความร่วมมือจังหวัดแจ้งองค์กรปกครองส่วน
ท้องถิ่น ทุกแห่ง ที่มีสถานศึกษา/ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในสังกัดได้ศึกษา และถือปฏิบัติตามคำแนะนำเพิ่มเติมของ
กระทรวงสาธารณสุข โดยมีรายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่ส่งมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ


(นางอริณี วรรณวโรทร)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

สำนักประสานและพัฒนาการจัดการศึกษาท้องถิ่น

ส่วนวิชาการและมาตรฐานการศึกษาท้องถิ่น

โทร. 0-2241-9021 – 3 ต่อ 122 โทรสาร ต่อ 112, 113

ด่วนที่สุด
ที่ สธ 0437.4/ว 480



กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น
เลขที่ 30402
วันที่ 11 มี.ค. 2552
กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี 11000

29 พฤษภาคม 2552

เรื่อง ขอความร่วมมือในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น1)
กรณีเกิดโรคในสถานศึกษา

เรียน อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำแนะนำในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น1)
กรณีเกิดโรคในสถานศึกษา จำนวน 1 ฉบับ

สำนักประสานและพัฒนาระบบงานบริหารงานสาธารณสุขท้องถิ่น
เลขรับ..... 04165
วันที่ - 8 มี.ค. 2552
เวลา.....

ตามที่มีการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิดเอ (เอช1เอ็น1) ในหลายประเทศและกำลังขยายตัวไปประเทศต่างๆ ทั่วโลก ลักษณะการแพร่ระบาดของแต่ละประเทศมักเริ่มในเขตเมืองและในโรงเรียน จนพบการระบาดขยายไปอย่างรวดเร็วในวงกว้าง เช่น มีนักเรียนป่วยหลายร้อยคนในการระบาดที่ประเทศญี่ปุ่นที่ผ่านมา เป็นต้น ถึงแม้ว่าตั้งแต่เริ่มการระบาดของโรคจนถึงปัจจุบันพบว่าผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสมีความรุนแรงน้อยและอัตราป่วยตายต่ำ แต่เชื้อไวรัสนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงจนมีความรุนแรงมากและประชาชนส่วนใหญ่ไม่มีภูมิคุ้มกันโรค ประเทศไทยมีความเสี่ยงอย่างมากที่จะเกิดการระบาดอย่างต่อเนื่องภายในประเทศ เช่นเดียวกับประเทศอื่นๆ จึงต้องมีการติดตามประเมินสถานการณ์และการป้องกันควบคุมโรคเป็นระยะ รวมทั้งเตรียมความพร้อมในหน่วยงานทุกภาคส่วนที่จะรับมือ หากมีการแพร่ระบาดภายในประเทศไทย นั้น

สถานศึกษาเป็นแหล่งชุมชนของนักเรียน หรือนิสิต นักศึกษาเป็นจำนวนมาก ที่มีความเสี่ยงสูงเนื่องจากเป็นแหล่งของการแพร่กระจายเชื้อโรคไปได้อย่างรวดเร็ว จึงเห็นสมควรให้มีการเตรียมการให้สถานศึกษาทุกแห่งมีความพร้อมในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) กรณีเกิดโรคในสถานศึกษาทั้งนี้เพื่อความปลอดภัยจากการเจ็บป่วยและเสียชีวิต ของครู นักเรียน หรือนิสิต นักศึกษา และบุคลากรอื่นๆ ในสถานศึกษา และร่วมมือในการควบคุมการระบาดของโรคในประเทศ

ในการนี้ กระทรวงสาธารณสุข จึงใคร่ขอความร่วมมือให้สถานศึกษาทุกแห่ง เร่งดำเนินการประสานงานและสนับสนุนให้สถานศึกษาทุกแห่ง ทั้งภาครัฐและเอกชนทั่วประเทศ ได้เตรียมความพร้อมตามคำแนะนำในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิดเอ (เอช1 เอ็น 1) กรณีเกิดโรคในสถานศึกษา โดยในคำแนะนำมีเนื้อหาสรุปได้ดังนี้

ส่วนวิชาการและมาตรฐานการศึกษาท้องถิ่น
เลขรับ..... ๑๒๕
วันที่ 08 มี.ค. 2552
เวลา.....

2/1.สถานการณ์...

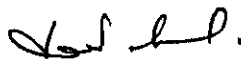
1. สถานการณ์การระบาดของโรคที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในประเทศ 3 สถานการณ์ โดยมีคำอธิบายและคำแนะนำในแต่ละสถานการณ์ ในการพิจารณาการปิด/เปิดสถานศึกษา ระยะเวลาในการปิดสถานศึกษา และข้อปฏิบัติของครูและผู้ปกครอง
2. คำแนะนำ การทำความสะอาดในสถานศึกษา
3. คำแนะนำ สำหรับผู้ป่วย ผู้ปกครอง และผู้ดูแลผู้ป่วยที่บ้าน
4. คำแนะนำ สำหรับผู้ปกครองในการดูแลบุตรหลาน ที่ยังไม่ป่วย
5. คำแนะนำ สำหรับด้านการบริหารจัดการอื่นๆ เมื่อเกิดโรคในสถานศึกษา เช่น การจัดทำแนวทางปฏิบัติ จัดทำระบบการสื่อสาร และมีผู้ประสานงานหลัก เพื่อติดต่อประสานกับผู้ปกครองเด็กนักเรียน และ เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ เป็นต้น
6. แหล่งข้อมูลการติดต่อเพื่อปรึกษากับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด

รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วยนี้

ทั้งนี้ สามารถติดตามการแพร่ระบาด และ คำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุข ได้ที่เว็บไซต์ของกระทรวงสาธารณสุข คือ www.moph.go.th หรือศูนย์ปฏิบัติการตอบโต้ภาวะฉุกเฉินทางการแพทย์และสาธารณสุข โทรศัพท์หมายเลข 0 2590 1994 และ 0 2590 3333

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และกรุณาแจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ต่อไปด้วย จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ



(นายไพจิตร วาวิชิต)

รองปลัดกระทรวง ปฏิบัติราชการแทน
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

กรมควบคุมโรค

สำนักโรคติดต่ออุบัติใหม่

โทรศัพท์ 0 2590 3238

โทรสาร 0 2590 3812

คำแนะนำในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น1)

กรณีเกิดโรคในสถานศึกษา

กระทรวงสาธารณสุข วันที่ 28 พฤษภาคม 2552

ปัจจุบันการแพร่ระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) กำลังขยายตัวไปทั่วโลก โดยประเทศไทยมีความเสี่ยงอย่างมากที่จะเกิดการระบาดอย่างต่อเนื่องภายในประเทศ เช่นเดียวกับประเทศอื่นๆ แม้ว่าการระบาดของโรคจนถึงปัจจุบันพบว่าผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสที่มีความรุนแรงน้อยและอัตราป่วยตายต่ำ โดยใกล้เคียงกับความรุนแรงของไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล อย่างไรก็ตามเชื้อไวรัสอาจมีการเปลี่ยนแปลงมีความรุนแรงมากขึ้น จึงต้องประเมินสถานการณ์และปรับการป้องกันควบคุมโรคเป็นระยะๆ

สถานศึกษาก็เป็นแหล่งชุมชนกลุ่มหนึ่งที่มีความเสี่ยงสูง เนื่องจากเป็นแหล่งของการแพร่กระจายเชื้อโรค กระทรวงสาธารณสุข ขอให้คำแนะนำในการควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) กรณีมีการระบาดของโรคในสถานศึกษา ตามสถานการณ์การระบาดของโรคที่อาจเกิดขึ้นได้ใน 3 สถานการณ์ คือ

สถานการณ์ A : พบว่ามีนักเรียน หรือนิสิต นักศึกษา เป็นผู้ป่วยยืนยันโรคว่าเป็นไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) จำนวน 1 ราย หรือกลุ่มเล็ก ซึ่งทุกคนมีประวัติเดินทางมาจากต่างประเทศที่เป็นพื้นที่การระบาดของโรค ซึ่งแสดงว่าติดเชื้อจากต่างประเทศ และ ไม่ใช้การแพร่เชื้อภายในประเทศ

คำแนะนำสำหรับสถานศึกษา :

- ไม่จำเป็นต้องปิดโรงเรียนหรือสถานศึกษา
- ควรแจ้งผู้ปกครอง ให้นำผู้ป่วยไปรับการวินิจฉัยโรคและรับการรักษาจากแพทย์
- หากแพทย์ผู้รักษา อนุญาตให้ผู้ป่วยกลับมาพักรักษาตัวที่บ้าน ขอให้หยุดเรียนและอยู่กับบ้านหรือหอพัก เป็นเวลาอย่างน้อย 7 วันหลังวันเริ่มป่วย เพื่อให้พ้นระยะการแพร่เชื้อ และกลับเข้าเรียนได้ เมื่อหายป่วยแล้วอย่างน้อย 24 ชั่วโมง

สถานการณ์ B : พบว่ามีนักเรียน หรือนิสิต นักศึกษา เป็นผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) จำนวน 1 ราย หรือกลุ่มเล็ก และไม่มีประวัติเดินทางมาจากต่างประเทศที่เป็นพื้นที่ระบาดของโรค ซึ่งแสดงว่าติดเชื้อภายในประเทศและมีการแพร่เชื้อเกิดขึ้นในชุมชนภายในประเทศ

คำแนะนำสำหรับสถานศึกษา :

- ควรพิจารณาปิดสถานศึกษาที่ผู้ป่วยศึกษาอยู่
- ระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา ควรปิดเป็นเวลาอย่างน้อย 7 วัน เนื่องจากให้พ้นระยะการแพร่เชื้อ

- ระดับประถมศึกษา รวมถึงศูนย์เด็กเล็กและสถานรับเลี้ยงเด็ก ควรปิดเป็นเวลาอย่างน้อย 14 วัน เนื่องจากให้พ้นระยะที่เด็กเล็กจะแพร่โรคให้ผู้อื่นได้ ซึ่งมักจะมีระยะเวลานานกว่าผู้ใหญ่
- ระดับอุดมศึกษา ควรปรึกษาเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อพิจารณาปิดสถานศึกษาเป็นกรณีไป
- กรณีผู้สัมผัสโรคที่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน มิได้อยู่สถานศึกษาเดียวกันกับผู้ป่วยรายแรก แต่มีกิจกรรมร่วมกันนานพอสมควร เช่น เป็นเพื่อนร่วมชั้นที่คลุกคลีใกล้ชิด แข่งกีฬาหรือรับน้องร่วมกัน ฯลฯ ภายใน 7 วัน นับจากวันสุดท้ายที่ผู้ป่วยมีอาการป่วย
 - หากผู้สัมผัสโรครายนั้นมีอาการป่วย ให้หยุดเรียนไว้ก่อนและรีบไปพบแพทย์ ถ้าผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการพบว่า ไม่เป็นโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ไม่ต้องปิดโรงเรียน
 - หากผู้สัมผัสโรครายนั้นมีอาการป่วย และผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการยืนยันว่าเป็นโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) ขอให้พิจารณาปิดโรงเรียนที่ผู้สัมผัสโรครายนี้เรียนอยู่ด้วย โดยใช้เกณฑ์การปิดสถานศึกษาเช่นเดียวกับข้างต้น

สถานการณ์ C : พบว่ามีนักเรียนหรือนิสิต นักศึกษา เป็นผู้ป่วยยืนยันว่าเป็นโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ ชนิด เอ (เอช1 เอ็น 1) เป็นกลุ่มใหญ่ และผู้ป่วยไม่มีประวัติเดินทางมาจากต่างประเทศที่เป็นพื้นที่การระบาด ซึ่งแสดงว่ามีการระบาดอย่างกว้างขวางในสถานศึกษาแล้ว หรือในชุมชนอาจมีการระบาดด้วยในเวลาเดียวกัน

คำแนะนำสำหรับสถานศึกษา :

- ควรพิจารณาปิด / ปิดสถานศึกษา เพื่อการชะลอการระบาดของโรคและการแพร่กระจายเชื้อ โดยใช้ดุลยพินิจร่วมกัน ระหว่างเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ ผู้บริหารสถานศึกษา และคณะกรรมการสถานศึกษา รวมทั้งเครือข่ายผู้ปกครอง
- ให้นักเรียน นิสิต นักศึกษาที่มีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก ปวดเมื่อยตามร่างกาย เป็นต้น หยุดเรียนและพักผ่อนที่บ้านหรือหอพัก (หากเป็นไปได้ ควรให้ผู้ปวยนอนแยกห้อง)

คำแนะนำการทำความสะอาดในสถานศึกษา

เชื้อไวรัสนี้จะอยู่ในเสมหะ น้ำลาย น้ำมูก ของผู้ป่วย และแพร่ไปยังผู้อื่น โดยผู้ป่วยไอจามรดโดยตรง หรือรับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือหรือสิ่งของเครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น ลูกบิดประตู โทรศัพท์ แก้วน้ำ ฯลฯ โดยมือที่เปื้อนเชื้อไปขี้ตา แคะจมูก หรือใส่เข้าปาก เชื้อจะสามารถอยู่ในสิ่งแวดล้อมหรือพื้นผิวได้ประมาณ 2 ชั่วโมง ดังนั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ จึงควรทำความสะอาดพื้นผิวต่างๆ โดยเฉพาะพื้นผิวที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก เช่น โต๊ะเรียน ลูกบิดประตู โทรศัพท์ ราวบันได ฯลฯ โดยการใช้ผ้าผงซักฟอกทั่วไปเช็ดทำความสะอาด อย่างน้อยวันละ 1-2 ครั้ง ภายในห้องควรเปิดหน้าต่างและประตูให้อากาศถ่ายเทได้สะดวกและให้แสงแดดส่องถึง

คำแนะนำสำหรับผู้ป่วย ผู้ปกครอง และผู้ดูแลผู้ป่วยที่บ้าน

ผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ จะมีอาการไข้สูง หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยเนื้อตัว อ่อนเพลียมาก เจ็บคอ ไอ คัดจมูก น้ำมูกไหล เบื่ออาหาร บางรายอาจมีอาการอาเจียนและท้องเสียร่วมด้วย ผู้ป่วยส่วนใหญ่อาการจะทุเลาขึ้นตามลำดับ คือ ไข้ลดลง ไอน้อยลง รับประทานอาหารได้มากขึ้น และหายป่วยภายใน 5-7 วัน ยกเว้นบางรายอาจเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนทำให้เกิดปอดบวม มีอาการหอบเหนื่อย หายใจลำบาก และเสียชีวิตได้ ซึ่งมักจะเกิดขึ้นในกลุ่มผู้สูงอายุ หรือ ผู้ป่วยที่มีโรคเรื้อรังประจำตัว

ในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการไม่รุนแรง (เช่น ไข้ไม่สูงมาก ตัวไม่ร้อนจัด ไม่ซึมและพอรับประทานอาหารได้) สามารถรักษาตัวที่บ้านได้ ผู้ป่วย ผู้ปกครอง และผู้ดูแลผู้ป่วยควรปฏิบัติดังนี้

- ผู้ป่วยควรหยุดเรียน และพักอยู่กับบ้านหรือหอพัก เป็นเวลาอย่างน้อย 7 วันหลังวันเริ่มป่วย เพื่อให้พ้นระยะการแพร่เชื้อ และกลับเข้าเรียนได้ เมื่อหายป่วยแล้วอย่างน้อย 24 ชั่วโมง
- แจ้งทางโรงเรียนทราบ เพื่อจะได้ร่วมเฝ้าระวัง โรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ในสถานศึกษา และป้องกันควบคุมโรคได้อย่างทันทั่วถึง
- ให้ผู้ป่วยรับประทานยาลดไข้ และยารักษาตามอาการ เช่น ยาละลายเสมหะ ยาลดน้ำมูก ตามคำแนะนำของเภสัชกรหรือสถานบริการทางการแพทย์ หรือคำสั่งของแพทย์
- ไข้หวัดใหญ่เกิดจากเชื้อไวรัส ไม่จำเป็นต้องรับประทานยาปฏิชีวนะ ยกเว้นพบเชื้อแบคทีเรียแทรกซ้อน ต้องรับประทานยาให้หมดตามที่แพทย์สั่ง
- เช็ดตัวลดไข้ ด้วยน้ำสะอาดที่ไม่เย็น
- งดดื่มน้ำเย็นจัด
- ดื่มน้ำสะอาดและน้ำผลไม้มากๆ
- พยายามรับประทานอาหารอ่อนๆ รสไม่จัด เช่น โจ๊ก ข้าวต้ม ไข่ ผัก และผลไม้ให้พอเพียง
- นอนพักผ่อนมากๆ ในห้องที่อากาศไม่เย็นเกินไป และมีอากาศถ่ายเทสะดวก
- ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อให้ผู้อื่นด้วยการสวมหน้ากากอนามัย ปิดปาก และจมูก เวลาไอหรือจามด้วยกระดาษทิชชูหรือแขนเสื้อของตนเอง ล้างมือด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจลบ่อยๆ หลีกเลี่ยงการคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ที่อยู่ร่วมบ้านหรือร่วมห้อง (หากเป็นไปได้ ควรให้ผู้ป่วยนอนแยกห้อง) รับประทานอาหารแยกจากผู้อื่น หรือใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน ไม่ใช้ของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ร่วมกับผู้อื่น
- หากอาการป่วยรุนแรงขึ้น เช่น หายใจลำบาก หอบเหนื่อย อาเจียนมาก ซึม ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองในการดูแลบุตรหลาน ที่ยังไม่ป่วย

- ควรติดตามสถานการณ์การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ และคำแนะนำต่างๆ จากกระทรวงสาธารณสุขและสถานศึกษาเป็นระยะ

- แนะนำพฤติกรรมอนามัยให้แก่บุตรหลาน เช่น รักษาสุขภาพให้แข็งแรง โดยการออกกำลังกาย นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การป้องกันการติดเชื้อไวรัส โดยการล้างมือด้วยน้ำและสบู่บ่อยๆ การใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน การรับประทานอาหารปรุงสุกใหม่
- แนะนำให้เด็กหลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ป่วย ที่มีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่
- หากบุตรหลานของท่านมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ให้ใช้กระดาษทิชชูปิดปากและจมูก และทิ้งลงถังขยะ และขอให้แจ้งทางโรงเรียนทราบ เพื่อจะได้ร่วมเฝ้าระวังโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ในสถานศึกษาและป้องกันควบคุมโรคได้อย่างทันท่วงที
- ปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันให้เป็นปกติเท่าที่จะเป็นไปได้ ถึงแม้ว่าจะมีการปิดสถานศึกษาหรือมีการระบาดของโรค
- หมั่นพูดคุยกับบุตรหลาน ให้รู้เรื่องราวเกี่ยวกับไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่นี้บ้าง และตอบคำถามที่เด็กสงสัยเท่าที่เด็กในแต่ละวัยจะเข้าใจได้
- หากเด็กมีความรู้สึกกลัวหรือกังวล ควรแนะนำให้ระบายความรู้สึกของตนเองออกมา และตอบคำถาม รวมทั้งปลอบโยนให้คลายกังวล
- เด็กมักจะต้องการความรู้สึกปลอดภัยและความรัก หากบุตรหลานของท่านมีความกังวล ท่านควรให้ความใส่ใจมากเป็นพิเศษ
- ดูแลมิให้บุตรหลานของท่านหมกมุ่นกับข้อมูลข่าวสารสถานการณ์ของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่มากเกินไป จนเกิดความกลัวหรือวิตกกังวลจนเกินเหตุ

คำแนะนำสำหรับด้านการบริหารจัดการอื่นๆ เมื่อเกิดโรคในสถานศึกษา

- ควรจัดทำแนวทางปฏิบัติ สำหรับครู/อาจารย์ เมื่อมีการระบาดของโรค เช่น การแนะนำนักเรียนและผู้ปกครอง การติดตามนักเรียนในชั้นเรียนที่ป่วย เป็นต้น
- ควรจัดระบบการสื่อสารทำความเข้าใจกับผู้ปกครอง/นักเรียน
- มีผู้ประสานงานหลักของโรงเรียน เพื่อติดต่อประสานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่อย่างใกล้ชิด

แหล่งข้อมูลการติดต่อ เพื่อปรึกษากับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่

การพิจารณาปิดหรือเปิดสถานศึกษา ขอให้สถานศึกษาปรึกษากับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่อย่างใกล้ชิด เพื่อประเมินสถานการณ์โรค ทั้งก่อนปิดและก่อนเปิดสถานศึกษา

1. กรุงเทพมหานคร ติดต่อได้ที่ กองควบคุมโรค สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร โทรศัพท์ 0 2245 8106, 0 2246 0358 และ 0 2354 1836
2. ต่างจังหวัด ติดต่อได้ที่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง
