คำแนะนำด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมสำหรับพุทธศาสนสถาน ในการป้องกันการแพร่การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

พุทธศาสนสถาน ได้แก่ วัด โบสถ์ และสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เป็นสถานที่ที่มีศาสนิกชน รวมทั้งมีพระภิกษุสงฆ์ สามเณร แม่ชี และผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา อยู่รวมกันจำนวนมาก ดังนั้น จึงควรมีการดูแลและจัดการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการดูแลและป้องกันตนเอง เพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อโรคในพุทธศาสนสถาน ดังนี้

1. แนวทาง/คำแนะนำสำหรับการจัดการในพุทธสถาน

1) นมัสการ/นำเรียนเจ้าอาวาส หากมีพระภิกษุสงฆ์ สามเณร แม่ชี หรือผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา รวมทั้งผู้ที่อาศัยอยู่ในศาสนสถาน มีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้งดร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนาในพุทธศาสนสถาน และไปพบแพทย์
2) จัดให้มีการคัดกรองศาสนิกชนหรือผู้เข้าร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนา บริเวณทางเข้าพุทธศาสนสถานตามความเหมาะสม พร้อมจัดเตรียมอุปกรณ์ล้างมือ เช่น เจลแอลกอฮอล์ไว้บริเวณทางเข้าประตูศาสนสถาน และหากพบว่ามีศาสนิกชนหรือผู้เข้าร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนาป่วย หรือมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ขอความร่วมมือไม่ร่วมกิจกรรมและแนะนำไปพบแพทย์ทันที
3) งดหรือเลื่อนกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีคนหมู่มาก เช่น งานปฏิบัติธรรม งานปริวาสกรรม งานวัด งานผูกพัทธสีมา งานประจำปี กิจกรรมบรรพชาสามเณรฤดูร้อน เป็นต้น
4) จัดให้มีการดูแลอาคารสถานที่ ดังนี้
   - สถานที่จัดพิธีกรรม ควรจัดให้มีการระบายอากาศที่ดี เปิดประตู หน้าต่าง หากมีเครื่องปรับอากาศให้ทำความสะอาดระบบระบายอากาศอย่างสม่ำเสมอ
   - ให้ทำความสะอาดห้องและอุปกรณ์ที่ใช้ร่วมกันทุกวัน เช่น ห้องสำหรับประกอบพิธีกรรมทางศาสนา กุฏิวัด ห้องนอน ไม้ตีระฆัง กระบอกเซียมซี เป็นต้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป ทั้งนี้ ให้ใช้ตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์นั้น
   - ลดความแออัดของการเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนาของศาสนิกชนและผู้เข้าร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เช่น กระจายมุมประกอบพิธีกรรม เป็นต้น
5) จัดให้มีการดูแลเรื่องการปรุง/ประกอบอาหาร ดังนี้
   - หากผู้สัมผัสอาหารมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดงานและพบแพทย์ทันที
   - ในขณะปฏิบัติงาน ผู้สัมผัสอาหารต้องสวมหมวกคลุมผม ผ้ากันเปื้อน หน้ากากผ้า และถุงมือ และมีการปฏิบัติตนตามหลักสุขาภิบาล

- ล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยสบู่และน้ำ ก่อนหยิบหรือจับอาหารและหลังการใช้ส้วม ไม่ไอ จามรดอาหาร
- ปกปิดอาหาร ใช้ถุงมือและที่คีบอาหาร ห้ามใช้มือหยิบจับอาหารที่พร้อมรับประทานโดยตรง และจัดให้มีช้อนกลางเมื่อเสิร์ฟอาหารที่ต้องรับประทานร่วมกันหรือใช้ช้อนกลางส่วนตัว
- ทำความสะอาดจุดเสี่ยง เช่น ห้องครัว อุปกรณ์ปรุง/ประกอบอาหาร โต๊ะอาหาร เก้าอี้ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป รวมถึงล้างภาชนะอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ให้สะอาดเป็นประจำทุกวัน

6) จัดให้มีการดูแลห้องส้วม ดังนี้
   - ทำความสะอาดบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ได้แก่ พื้นห้องส้วม โถส้วม ที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู ฝารองนั่ง ฝาปิดชักโครก ก๊อกน้ำอ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป
   - ซักผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งตากแดดให้แห้ง
7) การควบคุมดูแล ผู้ปฏิบัติงาน/จิตอาสา ดังนี้
   - กรณีผู้ปฏิบัติงาน หรือจิตอาสา มีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงาน และให้พบแพทย์ทันที หรือหากเคยไปในประเทศเสี่ยงตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข หรืออยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด
   - ผู้ปฏิบัติงานหรือจิตอาสาที่ดูแลความสะอาด หรือเก็บขยะ ให้สวมถุงมือยาง หน้ากากผ้า ผ้ายางกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง และใช้ปากคีบด้ามยาวเก็บขยะ และใส่ถุงขยะปิดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ แล้วล้างมือให้สะอาดทุกครั้งภายหลังปฏิบัติงาน และเมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

2. คำแนะนำสำหรับพระภิกษุสงฆ์ สามเณร แม่ชี และผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ในการดูแลตนเอง

1) หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้งดร่วมพิธีกรรมทางศาสนาในพุทธศาสนสถาน
2) หลีกเลี่ยงการเดินทาง หรือเลื่อนการเดินทางไปยังประเทศหรือพื้นที่ที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จนกว่าจะพ้นช่วงการแพร่ระบาดของโรค
3) ลดระยะเวลา หรือเลือกใช้สถานที่ที่มีบริเวณกว้าง ไม่แออัดในการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา
4) ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ที่มีอาการหวัด มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก
5) หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก
6) จัดให้มีมาตรการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร เพื่อหลีกเลี่ยงการกระจายของเชื้อโรค เช่น เว้นระยะห่างในการสวดมนต์อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
7) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ทุกครั้ง ก่อนฉันภัตตาหารหรือก่อนรับประทานอาหาร และหลังใช้ส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก
8) เลือกฉันภัตตาหารหรือรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่ใช้ช้อน แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัวร่วมกัน และใช้ช้อนกลางเมื่อฉันภัตตาหารหรือรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่นหรือใช้ช้อนกลางส่วนตัว
9) ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง รับประทานผัก ผลไม้ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และนอนหลับให้เพียงพอ

3. คำแนะนำสำหรับผู้มาเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา ในการดูแลตนเอง

1) ถ้ามีอาการไอ จาม เป็นหวัด มีไข้ ให้งดไปพุทธศาสนสถาน และงดการเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนาในพุทธศาสนสถาน
2) ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ที่มีอาการหวัด มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก
3) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอลล์ทุกครั้ง ก่อนรับประทานอาหารและหลังใช้ส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก
4) เลือกรับประทานอาหารปรุงสุกใหม่ ไม่ใช้ช้อน แก้วน้ำร่วมกัน และใช้ช้อนกลางเมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่นหรือใช้ช้อนกลางส่วนตัว
5) หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก
6) ปฏิบัติตามมาตรการของศาสนสถาน โดยควรเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร เพื่อหลีกเลี่ยงการกระจายของเชื้อโรค เช่น เว้นระยะห่างในการนั่งสมาธิ การฟังการสวดพระอภิธรรมอย่างน้อย 1 - 2 เมตร

****

ข้อมูล ณ วันที่ 30 มีนาคม 2563



คำแนะนำการดูแลสุขภาพสำหรับพระคิลานุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด-อสว.) ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ที่มีการแพร่ระบาดในวงกว้างในปัจจุบัน พระคิลานุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด-อสว.) พระสงฆ์เป็นผู้มีความสำคัญในการสืบทอดพระพุทธศาสนา พัฒนาการเรียนรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม และการพัฒนาสังคม ท้องถิ่น ชุมชน อันเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับชุมชน ในเรื่องการดูแลสุขภาพตนเอง สิ่งแวดล้อมภายในวัด และขยายผลสู่การพัฒนาสุขภาวะของชุมชน แต่พระสงฆ์ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ มีปัญหาทางสุขภาพ โดยเฉพาะป่วยเป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด ภาวะไขมันในเลือดสูง โรคระบบทางเดินหายใจ ถือเป็นประชาชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรค ทำให้มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคง่าย และอาจมีอาการอย่างรุนแรงมากกว่ากลุ่มวัยอื่น ดังนั้น พระคิลานุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด-อสว.) ควรมีการปฏิบัติตน และการดูแลให้คำแนะนำพระสงฆ์ นำไปใช้ในการดูแลสุขภาพตนเอง ให้คำแนะนำแก่โยมอุปัฏฐาก พระสงฆ์ ในวัด เพื่อการป้องกันการรับสัมผัสและแพร่กระจายเชื้อโรค ดังนี้

1) คำแนะนำสำหรับพระคิลานุปัฏฐาก(พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด-อสว.) ในการดูแลตนเอง เพื่อป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ดังนี้

๑. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ฉันผัก ผลไม้ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และนอนหลับให้เพียงพอ

๒. ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ที่มีอาการหวัด มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หากจำเป็นต้องออกไปควรใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยทุกครั้ง

๓. หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอยู่ห่างจากคนอื่น ๑ - ๒ เมตร (Social Distancing) เพื่อหลีกเลี่ยงการกระจายของเชื้อโรค เช่น นั่งเว้นระยะห่างในการสวดมนต์ และสวมหน้ากากผ้า/หน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่อต้องปฏิบัติกิจของสงฆ์ ที่เป็นหมู่คณะ

๔. หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้งดร่วมพิธีกรรมทางศาสนาในพุทธศาสนสถาน

๕. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ทุกครั้ง ก่อนฉันภัตตาหารหรือก่อนรับประทานอาหาร และหลังใช้ส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก

๖. ฉันภัตตาหารหรือรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ไม่ใช้ช้อน แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ผ้าเช็ดมือร่วมกัน ควรฉันภัตตาหารแยกสำรับ ใช้ช้อนส่วนตัว **ในกรณีจำเป็นต้องฉันภัตตาหารหรือรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่นให้ใช้ช้อนกลางส่วนตัว**

๒) คำแนะนำสำหรับพระคิลานุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด-อสว.) ในการดูแลพระสงฆ์ที่มีภาวะพึ่งพิงในวัด

๑. หมั่นทำความสะอาด เตียงนอน เครื่องใช้ ราวจับ กายอุปกรณ์ ที่นอนลม อุปกรณ์ช่วยเดิน อย่างน้อยวันละ ๒ ครั้ง ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป

๒. กรณีพระสงฆ์ที่ใช้เครื่องดูดเสมหะและให้อาหารทางสายยาง ต้องมีการดูแลความสะอาดเป็นพิเศษเพื่อป้องกันการติดเชื้อ ตามคำแนะนำเจ้าหน้าที่สาธารณาสุขอย่างเคร่งครัด หากจำเป็นต้องออกไปควรใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยทุกครั้ง

๓. สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลทุกครั้งก่อนและหลังการให้การดูแล

๔. หมั่นสังเกตพระสงฆ์ ควรมีการวัดไข้ อย่างน้อยวันละ ๑ ครั้งทุกวัน หากพบมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้แจ้งเจ้าอาวาส และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในชุมชน เพื่อพาไปพบแพทย์ทันที

๕. ให้คำแนะนำโยมอุปัฏฐาก พระสงฆ์ ในวัดที่มีความเสี่ยง หรือมาจากสถานที่เสี่ยง ให้งดกิจวัตรของสงฆ์ เช่น การลงอุโบสถ การบิณฑบาต การสวดมนต์ไหว้พระแบบกลุ่ม เพื่อป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายเชื้อ COVID – 19 และการทำกิจกรรมทางศาสนา ควรจัดให้อยู่ห่างกัน ๑-๒ เมตร

๖. จัดให้มีภาชนะรองรับมูลฝอยที่เกิดจากการดูแล หรือ ให้การพยาบาลพระสงฆ์ที่มีฝาปิดมิดชิด กรณีที่มีมูลฝอยที่เกิดจากการรักษาพยาบาล เช่น การฉีดยาอินซูลิน และทำแผล ให้แยกทิ้งในภาชนะเฉพาะที่มีฝาปิดมิดชิด ให้จัดการตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

๗. ดูแลรักษาสุขภาพตนเอง หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม เจ็บคอ มีน้ำมูก เหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยง หรือ กรณีมีพระสงฆ์ในวัดป่วยด้วยโรค COVID-19 หรือสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยโรค COVID-19 ให้หยุดปฏิบัติงานและไปพบแพทย์ทันที หากต้องเข้าปฏิบัติงาน ควรใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยและใส่ถุงมือทุกครั้ง

หมายเหตุ: ด้านการจัดการสิ่งแวดล้อม ศึกษาคำแนะนำเพิ่มเติมและถือปฏิบัติตามแนวทางด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม สำหรับพุทธศาสนสถานในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

****

ข้อมูล ณ วันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๓



คำแนะนำด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมสำหรับศาสนสถาน (วัด โบสถ์ มัสยิด ศาลเจ้า และสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนาอื่นๆ) ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ศาสนสถาน ได้แก่ วัด โบสถ์ มัสยิด ศาลเจ้า และสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนาอื่น ๆ เป็นสถานที่ที่มีศาสนิกชน ผู้เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา รวมทั้งมีพระภิกษุสงฆ์ สามเณร แม่ชี บาทหลวง อิหม่าม และผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา อยู่รวมกันจำนวนมาก ดังนั้น จึงควรมีการดูแลความสะอาด เพื่อป้องกันตนเองและลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค ดังนี้

ก. คำแนะนำสำหรับผู้รับผิดชอบศาสนสถาน

1) หากมีพระภิกษุสงฆ์ สามเณร แม่ชี บาทหลวง อิหม่าม หรือผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา รวมทั้งผู้ที่อาศัยอยู่ในศาสนสถาน มีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้งดร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนาในศาสนสถานและไปพบแพทย์

2) งดการจัดกิจกรรมที่มีการรวมตัวกัน ทั้งนี้ หากมีความจำเป็นจะต้องจัดกิจกรรม ให้ผู้จัดเตรียมความพร้อมในการคัดกรองผู้เข้าร่วมกิจกรรมและมีมาตรการในการป้องกันและควบคุมโรคที่เข้มงวด สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้สวมใส่หน้ากากผ้าทุกครั้งและปฏิบัติตามแนวทางป้องกันการแพร่ระบาดอย่างเคร่งครัด และหากพบว่ามีศาสนิกชนหรือผู้เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนาป่วย หรือมีอาการไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ขอความร่วมมือไม่เข้าร่วมกิจกรรมและแนะนำให้ไปพบแพทย์ทันที

3) จัดให้มีการดูแลอาคารสถานที่ ดังนี้

- สถานที่จัดพิธีกรรม ควรจัดให้มีการระบายอากาศที่ดี เปิดประตู หน้าต่าง หากมีเครื่องปรับอากาศให้ทำความสะอาดระบบระบายอากาศอย่างสม่ำเสมอ
- ให้ทำความสะอาดห้องและอุปกรณ์ที่ใช้ร่วมกันทุกวัน เช่น ห้องสำหรับประกอบพิธีกรรมทางศาสนา กุฏิวัด ศาลาการเปรียญ ห้องนอน ไม้ตีระฆัง กระบอกเซียมซี เป็นต้น
- ลดความแออัดของการเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนาของศาสนิกชนและผู้เข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา เช่น กระจายมุมประกอบพิธีกรรม เป็นต้น และจัดให้มีมาตรการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1-2 เมตร

4) หากมีการปรุงประกอบอาหาร ให้มีการดูแล ดังนี้

- หากผู้สัมผัสอาหารมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดงานและพบแพทย์ทันที

- ในขณะปฏิบัติงาน ผู้สัมผัสอาหารต้องสวมหมวกคลุมผม ผ้ากันเปื้อน หน้ากากผ้า และถุงมือ และมีการปฏิบัติตนตามหลักสุขาภิบาล

- ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ ก่อนหยิบหรือจับอาหารและหลังการใช้ส้วม ไม่ไอ จามรดอาหาร

- ปกปิดอาหาร ใช้ถุงมือและที่คีบอาหาร ห้ามใช้มือหยิบจับอาหารที่พร้อมรับประทานโดยตรง และจัดให้มีช้อนกลางเมื่อเสิร์ฟอาหารที่ต้องรับประทานร่วมกัน

- ทำความสะอาดจุดเสี่ยง เช่น ห้องครัว อุปกรณ์ปรุง/ประกอบอาหาร โต๊ะอาหาร เก้าอี้ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป รวมถึงล้างภาชนะอุปกรณ์หรือสิ่งของเครื่องใช้ให้สะอาดเป็นประจำทุกวัน

5) จัดให้มีการดูแลห้องส้วม ดังนี้

- ทำความสะอาดบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อยๆ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ได้แก่ โถส้วม ที่กดชักโครก หรือโถปัสสาวะ สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู ก๊อกน้ำ อ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด

- ซักผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งตากแดดให้แห้ง

6) การควบคุมดูแลผู้ปฏิบัติงาน ดังนี้

- กรณีผู้ปฏิบัติงาน มีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงาน และให้พบแพทย์ทันที หากอยู่ในช่วงกักกัน ให้ปฏิบัติตัวตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขอย่างเคร่งครัด

- ผู้ปฏิบัติงานที่ดูแลความสะอาดหรือเก็บขยะ ให้สวมถุงมือยาง หน้ากากผ้า ผ้ายางกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง และใช้ปากคีบด้ามยาวเก็บขยะ และใส่ถุงขยะปิดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ แล้วล้างมือให้สะอาดทุกครั้งภายหลังปฏิบัติงาน และเมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

7) หากพบว่ามีผู้ป่วยยืนยัน หรือมีข้อมูลบ่งชี้ว่าสถานที่นั้นเป็นจุดแพร่เชื้อ ให้ดำเนินการตามคำสั่งของเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อ เช่น ทำความสะอาดฆ่าเชื้อทันที ภายใน 24 ชั่วโมง ภายใต้การกำกับดูแลของพนักงานควบคุมโรคติดต่อ

ข. คำแนะนำสำหรับพระภิกษุสงฆ์ บาทหลวง อิหม่าม ผู้ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ในการดูแลตนเอง

1) หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักกัน ให้งดร่วมพิธีกรรมทางศาสนาในศาสนสถาน

2) ลดระยะเวลา หรือเลือกใช้สถานที่ที่มีบริเวณกว้าง ไม่แออัด ในการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา โดยเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1-2 เมตร

3) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอลล์ทุกครั้ง ก่อนรับประทานอาหาร และหลังใช้ส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก

ค. คำแนะนำสำหรับผู้มาเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนา ในการดูแลตนเอง

1) ถ้ามีอาการไอ จาม เป็นหวัด มีไข้ ให้งดไปศาสนสถาน และงดการเข้าร่วมพิธีกรรมทางศาสนาในศาสนสถาน

2) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอลล์ทุกครั้ง ก่อนรับประทานอาหารและหลังใช้ส้วม รวมทั้งหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก

3) หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัดหรือสถานที่ที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1-2 เมตร

****

ปรับปรุงข้อมูล ณ วันที่ 31 มีนาคม 2563