



คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา

ในการป้องกันโรคโควิด 19

คู่มือการปฏิบัติสำหรับสถานศึกษา ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤษภาคม 2563

จำนวน 2,500 เล่ม

ผู้จัดพิมพ์และเรียบเรียง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ที่ปรึกษา นายแพทย์สุขุม 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



นายแพทย์สุชม กาญจนพิมาย
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข

สถานศึกษาเป็นสถาบันทางสังคมพื้นฐาน เป็นจุดเริ่มต้นของการปลูกฝังความรู้ ทักษะ และ พฤติกรรมในทุกด้าน มีหน้าที่พัฒนาเด็กวัยเรียนให้เติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่มีศักยภาพ สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้ อย่างมีคุณภาพ เนื่องจากสถานศึกษาเป็นศูนย์รวมของเด็ก ในชุมชนที่มาจากครอบครัวที่ต่างกัน จึงเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ก่อให้เกิดปัญหาโรคต่าง ๆ เมื่อนักเรียนคนใดคนหนึ่ง เจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อ และมาเข้าเรียนในสถานศึกษา จึงมีโอกาที่จะแพร่กระจายเชื้อโรคไปสู่เด็กคนอื่น ๆ ได้ จากการ เล่น การใกล้ชิด และทำกิจกรรมร่วมกัน สถานศึกษาจึงเป็นสถานที่สำคัญมากต่อการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคหรืออาจเปรียบได้ว่า “สถานศึกษา” นับเป็น “Shelter” สำหรับนักเรียน ที่ต้องคำนึง และ ให้ความสำคัญกับเรื่องดังกล่าวเป็นอันดับแรก ๆ

ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 ซึ่งขณะนี้ ยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคและไม่มียารักษาโรคโดยตรง จำเป็นอย่างยิ่งที่สถานศึกษาต้องเตรียมความพร้อม รับมือกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคดังกล่าว ที่จะส่งผลกระทบต่อระบบการจัดการเรียน การสอนและสุขภาพของนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา 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”

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



Prasert

นายประเสริฐ บุญเรือง
ปลัดกระทรวงศึกษาธิการ

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

1. จัดการเรียนการสอน โดยคำนึงถึงความปลอดภัยสูงสุดของทุกคนที่เกี่ยวข้อง “การเปิดเทอม” หมายถึง การเรียนที่โรงเรียนหรือการเรียนที่บ้าน ทั้งนี้การตัดสินใจจะขึ้นอยู่กับผลการประเมินสถานการณ์อย่างใกล้ชิด
2. อำนวยความสะดวกให้นักเรียนทุกคน สามารถเข้าถึงการเรียนการสอนได้ แม้จะไม่สามารถไปโรงเรียนได้
3. ใช้สิ่งที่มีอยู่แล้วให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น ช่องดิจิทัล TV ทั้งหมด 17 ช่อง เพื่อให้นักเรียนทุกระดับชั้น สามารถเรียนผ่าน 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 ความปลอดภัยสูงสุดภายใต้สถานการณ์วิกฤตที่เกิดขึ้น ควบคู่กับการสร้างความตระหนักให้เกิดความรอบรู้ด้านสุขภาพแก่นักเรียน นักศึกษา อันเป็นทรัพยากรที่สำคัญในการขับเคลื่อนและพัฒนาประเทศในอนาคตต่อไป

สารจากผู้บริหาร




แพทย์หญิงพรณพิมล วิปุลากร
อธิบดีกรมอนามัย

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) ในขณะนี้ ถึงแม้ในประเทศไทย พบว่า มีรายงานผู้ป่วยโรคโควิด 19 ที่เป็นเด็ก มีอุบัติการณ์ค่อนข้างต่ำ และมักมีอาการไม่รุนแรง ซึ่งเกิดจากการติดจากบุคคลในครอบครัว แต่ถ้าหากนักเรียนในสถานศึกษามีการติดเชื้อแล้ว อาจทำให้เกิดการแพร่ระบาดไปยังบุคคลอื่น ๆ ได้รวดเร็ว (Super Spread) ส่งผลกระทบในสังคมหรือผู้ใกล้ชิด เช่น ครู เพื่อน พ่อแม่ ผู้สูงอายุ และสมาชิกในครอบครัวอื่น ๆ ต่อไปอีกด้วย

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 และเอื้ออำนวยให้เกิดการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้นักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษาสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างปลอดภัย โดยมีสาระสำคัญ ประกอบด้วยองค์ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับโรคโควิด 19 แนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรในสถานศึกษา ได้แก่ ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา ครู ผู้ดูแลนักเรียน นักเรียน ผู้ปกครอง และแม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด การจัดการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม บริเวณต่าง ๆ ของสถานศึกษา มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และสื่อความรู้ด้านสุขภาพนักเรียน ตลอดจนขั้นตอนการดำเนินงานคัดกรองและส่งต่อแบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษา แบบประเมินตนเองสำหรับนักเรียน แบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพสำหรับนักเรียน การจัดการเรียนการสอน ช่วงเปิดภาคเรียน บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศรองรับสถานการณ์ โรคโควิด 19 เป็นต้น

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

คณะผู้จัดทำ
พฤษภาคม 2563

สารบัญ

หน้า

สารผู้บริหาร	ก - ค
คำนำ	ง
สารบัญ	จ - ช
▶ เกริ่นนำ	1
◆ มาตรฐานการป้องกันโรคโควิด 19	1
◆ สถานการณ์โรคโควิด 19	2 - 3
▶ การเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Reopening)	4 - 17
◆ มาตรการการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Preparation before reopening)	
◆ แผนผังกลไกการดำเนินงานป้องกันแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในระดับจังหวัดในสถานศึกษา	
◆ บทบาทบุคลากรสาธารณสุขในการดำเนินงานป้องกันแพร่ระบาดของ โรคโควิด 19 ในสถานศึกษา	
▶ ขั้นตอนการคัดกรองและส่งต่อนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา ในการป้องกันควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19	18 - 22
◆ วิธีการตรวจคัดกรองสุขภาพ	
▶ แนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาระหว่างเปิดภาคเรียน	23 - 41
◆ ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา	
◆ ครู ผู้ดูแลนักเรียน	
◆ นักเรียน	
◆ ผู้ปกครอง	
◆ แม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด	
◆ ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม	
: ห้องเรียน ห้องเรียนรวม ห้องสมุด ห้องประชุม หอประชุม โรงยิม สนามกีฬา สถานที่แปร่งพิน สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่น ห้องส้วม ห้องพักรู ห้องพยาบาล โรงอาหาร รถรับ – ส่งนักเรียน หอพักนักเรียน ห้องนอนเด็กเล็ก การเข้าแถวเคารพธงชาติ	

สารบัญ

หน้า

▶ มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 กรณีเกิดการระบาด	42 - 43
▶ บทสรุปแนวปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย	44 - 55
▶ สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน	56 - 69
▶ เอกสารอ้างอิง	70 - 71
▶ ภาคผนวก	72 - 113
◆ แบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษาในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ◆ แบบประเมินตนเองสำหรับนักเรียนในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ◆ แบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพสำหรับนักเรียน บุคลากร หรือผู้มาติดต่อในสถานศึกษา เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ◆ การจัดการเรียนการสอนช่วงเปิดภาคเรียนของกระทรวงศึกษาธิการ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19 ◆ แนวปฏิบัติตามแนวทางองค์การอนามัยโลก (WHO) และบทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19 ◆ วิธีปฏิบัติ : วัดไข้ สวมหน้ากาก ล้างมือ เว้นระยะห่าง ทำความสะอาด ลดแออัด วิธีการทำเจลล้างมือ ◆ คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการ คณะอนุกรรมการจัดทำมาตรการในการเตรียมความพร้อมการเปิดภาคเรียน (Reopening) และคู่มือการปฏิบัติ สำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และคณะทำงานวิชาการหลัก	

เกริ่นนำ

มารู้จักโรคโควิด 19

โรคโควิด 19 คืออะไร

โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) เป็นตระกูลของไวรัสที่ก่อให้เกิดอาการป่วยตั้งแต่โรคไข้หวัดธรรมดาไปจนถึงโรคที่มีความรุนแรงมาก เช่น โรคระบบทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS-CoV) โรคระบบทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง (SARS-CoV) เป็นสายพันธุ์ใหม่ที่ไม่เคยพบมาก่อน ในมนุษย์ ก่อให้เกิดอาการป่วยระบบทางเดินหายใจในคนและสามารถแพร่เชื้อจากคนสู่คนได้ โดยเชื้อไวรัสนี้พบการระบาดครั้งแรกในเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ สาธารณรัฐประชาชนจีน ในช่วงปลายปี 2019 หลังจากนั้นได้มีการระบาดไปทั่วโลก องค์การอนามัยโลกจึงตั้งชื่อการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่นี้ว่า โรคโควิด 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 ปัจจุบันยังไม่มีหลักฐานสนับสนุนการแพร่กระจายเชื้อผ่านทางพื้นผิวสัมผัสที่มีไวรัสแล้วมาสัมผัส ปาก จมูกและตา สามารถแพร่เชื้อผ่านทางเชื้อที่ถูกขับถ่ายออกมากับอุจจาระเข้าสู่อีกคนหนึ่งโดยผ่านเข้าทางปาก (Feco-oral route) ได้ด้วย

โรคโควิด 19 รักษาได้อย่างไร

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

ใครบ้าง ที่เสี่ยงสูงต่อการติดโรคโควิด 19

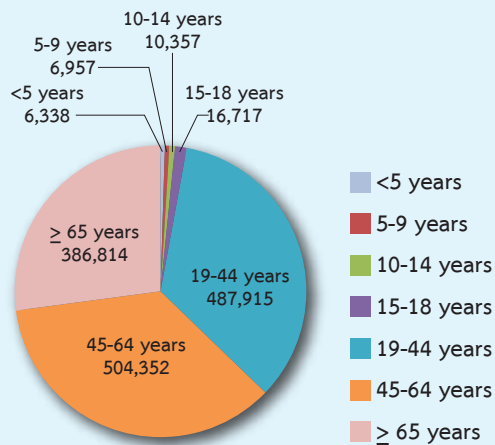
กลุ่มเสี่ยงโดยตรงที่อาจสัมผัสกับเชื้อ ได้แก่ ผู้ที่เพิ่งกลับจากพื้นที่เสี่ยง สัมผัสใกล้ชิด ผู้ป่วยสงสัยติดเชื้อ กลุ่มเสี่ยงที่ต้องระวัง หากติดเชื้ออาจมีอาการรุนแรง ได้แก่ ผู้สูงอายุ 70 ปีขึ้นไป ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจ ภูมิแพ้ เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี

สถานการณ์โรคโควิด 19

มีรายงานผู้ป่วยโรคโควิด 19 ในประเทศที่มีการระบาดทั้งประเทศจีน ประเทศในทวีปยุโรป ประเทศสหรัฐอเมริกา และประเทศไทย แสดงให้เห็นว่า เด็กติดเชื้อไวรัสโควิด 19 ได้ทุกอายุ แต่อุบัติการณ์น้อยกว่าผู้ใหญ่มาก เด็กมักมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อในครอบครัว เด็กที่ป่วยเป็นโรคไวรัสโควิด 19 จะมีเชื้อในระบบทางเดินหายใจ บทบาทของเด็กในการเป็นผู้แพร่เชื้อยังไม่ชัดเจน แต่การที่พบเชื้อโคโรนาไวรัสในทางเดินหายใจของผู้ป่วยเด็ก และยังสามารถพบเชื้อในอุจจาระได้ 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 ยังไม่เป็นที่รู้กันยังคงต้องศึกษา 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

EPI • Win

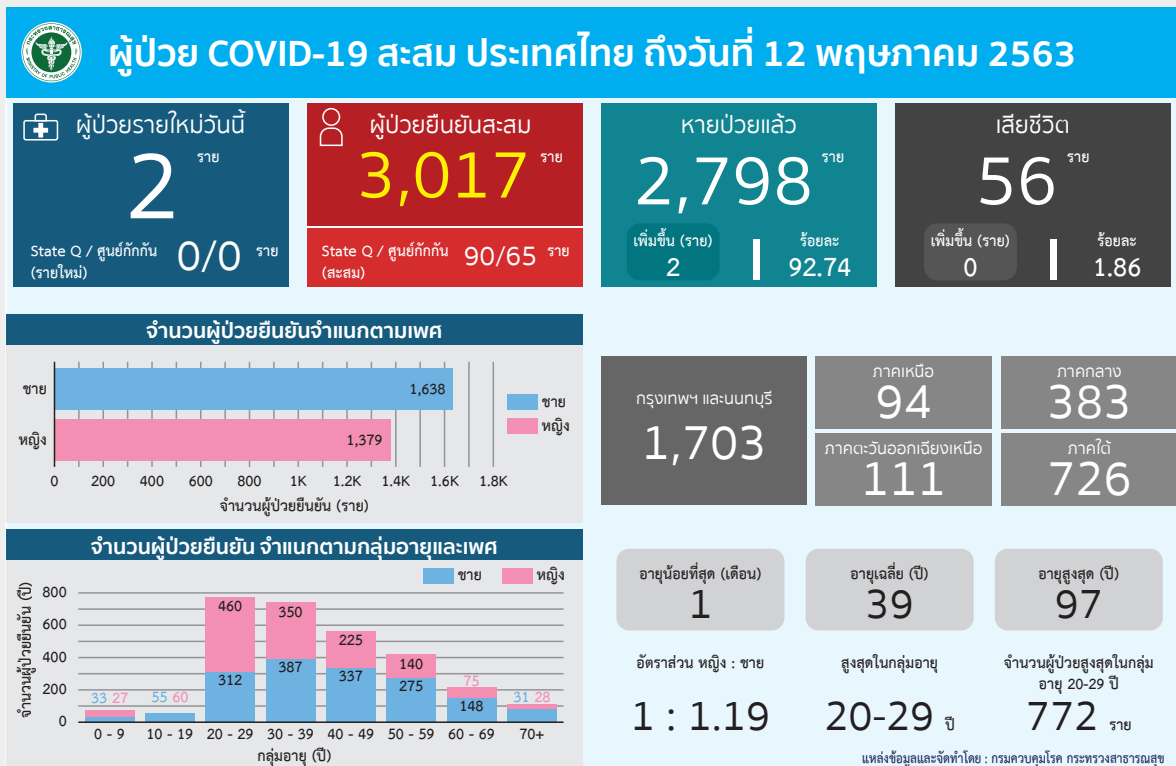
Return to school 1/10



ที่มา : COVID-19 – safe return to schools. CORONAVIRUS (COVID-19) UPDATE NO.26. WHO , 15 MAY 2020

สถานศึกษาเป็นสถานที่ที่มีนักเรียนอยู่รวมกันจำนวนมาก มักมีความเสี่ยงสูง หากมีระบบการจัดการที่ไม่ดี อาจจะมีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 ได้ในกลุ่มเด็ก เนื่องจากพบว่าการติดเชื้อไวรัสโควิด 19 ส่วนใหญ่จะไม่ค่อยมีอาการหรือมีอาการแสดงค่อนข้างน้อย ความรุนแรงจะน้อยมาก แต่เด็กนักเรียนจะเอาเชื้อกลับบ้าน อาจทำให้การแพร่ระบาดเกิดขึ้นได้รวดเร็ว (Super spread) ไปยังบุคคลในบ้าน 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 อาจส่งผลกระทบอย่างรุนแรงต่อความสามารถในการเรียนรู้ของนักเรียน โดยเฉพาะกลุ่มเด็กด้อยโอกาสหรือเด็กกลุ่มเปราะบาง หากหยุดเรียนนาน แนวโน้มจะกลับคืนสถานศึกษาก็ยิ่งลดลง เด็กที่มาจากครอบครัวยากจนมีแนวโน้มออกจากสถานศึกษาสูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวร่ำรวยเกือบห้าเท่า การออกจากกระบวนการศึกษาเพิ่มความเสี่ยงต่อการตั้งครมในวัยรุ่น 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 ความรู้ ที่ถ่ายทอดได้ ความรู้ดิจิทัล ความรู้เฉพาะสาขาอาชีพ) โดยตระหนักถึงประเด็นต่าง ๆ เช่น ความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับครูในการเรียนรู้ผ่านการเล่นของเด็กเล็กและการพัฒนา ทักษะพื้นฐาน
- ความสามารถในการเข้าถึงและความพร้อมในการเรียนการสอนทางไกลที่มีคุณภาพมีมากน้อยเพียงใด (ทั้งในด้านผลการเรียนรู้ และความเหมาะสมกับกลุ่มอายุต่าง ๆ รวมทั้งกลุ่มเด็กด้อยโอกาส)
- รูปแบบการเรียนการสอนทางไกลในปัจจุบัน รวมถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ และสุขภาวะทางอารมณ์ และ สังคม จะยั่งยืนเพียงใด หากผู้ดูแลเด็กได้รับแรงกดดันในครอบครัวและปัจจัยเชิงบริบทอื่น ๆ
- ผู้ดูแลเด็กมีเครื่องมือที่จำเป็นในการปกป้องคุ้มครองเด็กจากการถูกคุกคามและการใช้ความรุนแรงทางเพศ ในโลกออนไลน์ เมื่อเด็กเรียนผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์หรือไม่

- ◆ จุดเปลี่ยนผ่านสำคัญบนเส้นทางของการศึกษา (ความพร้อมในการเข้าเรียน การสำเร็จชั้น ประถมศึกษา และเรียนต่อระดับมัธยมศึกษา หรือการสำเร็จชั้นมัธยมศึกษาและเรียนต่อระดับอุดมศึกษา) ได้รับผลกระทบจากการระบาดของโรคอย่างไร และมีมาตรการตอบสนองอย่างไร
- ◆ ครูและบุคลากรสถานศึกษา มีความพร้อมและสามารถปรับตัวเข้ากับวิธีการเรียนรู้และการบริหารจัดการที่แตกต่างออกไปมากน้อยเพียงใดและมีความพร้อมและสามารถดำเนินมาตรการเพื่อป้องกัน และควบคุมการแพร่ระบาดหรือไม่
- ◆ การที่นักเรียนไม่ได้ไปเรียนในสถานศึกษา มีความเสี่ยงด้านการคุ้มครองเด็กหรือไม่ เช่น ความเสี่ยงด้านความรุนแรงในครอบครัวที่เพิ่มขึ้น หรือการแสวงหาประโยชน์ทางเพศจากเด็กชายและเด็กหญิง
- ◆ การปิดสถานศึกษาเป็นอุปสรรคต่อโครงการช่วยเหลือต่าง ๆ สถานศึกษามีบริการให้กับนักเรียน หรือไม่ (เช่น กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการ)
- ◆ การที่นักเรียนไม่ได้ไปเรียนในสถานศึกษาส่งผลกระทบด้านสังคม เศรษฐกิจ และคุณภาพชีวิตของ นักเรียนอย่างไร
- ◆ สถานศึกษามีศักยภาพเพียงพอในการปฏิบัติตามมาตรการรักษาความปลอดภัยของสถานศึกษา เพื่อลดความเสี่ยง เช่น การเว้นระยะห่างทางสังคม (จำนวนนักเรียนต่อขนาดของห้องเรียน) สิ่งอำนวยความสะดวกและแนวปฏิบัติด้านน้ำ สุขาภิบาล และสุขอนามัย เป็นต้น
- ◆ สมาชิกของสถานศึกษามีโอกาสติดต่อสัมผัสกับกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงกว่า เช่น ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว มากน้อยเพียงใด และหากมีโอกาสติดต่อสัมผัสสูง สถานศึกษามีการดำเนินงานอย่างเพียงพอเพื่อลดโอกาสดังกล่าวลงหรือไม่
- ◆ 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 อย่างน้อยเป็นบางส่วนให้แก่ักเรียนที่ผู้ปกครองทำงานในภาคส่วนที่ที่มีความเสี่ยงสูง

หากเป็นไปได้ ควรมีเวลาอย่างน้อย 14 วัน (ซึ่งสอดคล้องกับระยะฟักตัวของโรคโควิด 19) ระหว่างแต่ละระยะ (phase) ของการยกเลิกข้อห้ามต่าง ๆ เพื่อให้มีเวลาเพียงพอในการติดตามผลและวางแผนปรับมาตรการต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

มาตรการการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน (Preparation before reopening)

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ส่งผลกระทบอย่างมากต่อทุกภาคส่วน เมื่อสถานการณ์เป็นไปในทางที่ดีขึ้น การเปิดสถานศึกษาหลังจากปิดจากสถานการณ์ โควิด 19 มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการเตรียมความพร้อมของสถานศึกษา การปฏิบัติตนของนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา เพื่อลดโอกาสการติดเชื้อและป้องกันไม่ให้เกิดการติดเชื้อโรคโควิด 19 ให้เกิดความปลอดภัยแก่ทุกคน จึงควรมีการประเมินความพร้อมการเปิดภาคเรียนของสถานศึกษา ซึ่งองค์การเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติและองค์การภาควิ 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 มาตรการควบคุมหลักในมติด้าน อาทิ การเรียนรู้ การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส สวัสดิภาพและการคุ้มครอง นโยบาย และการบริหารการเงิน ตลอดจน มาตรการเสริมในแต่ละมิติ ดังนั้น จึงมีความเชื่อมโยงตามกรอบแนวทาง 6 มิติกับมาตรการการป้องกันโรค เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด 19 ในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน มีดังนี้

ความเชื่อมโยง 6 มิติกับมาตรการการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
1. ความปลอดภัยจากการลดการแพร่เชื้อโรค	- มีมาตรการคัดกรองวัดไข้และอาการเสี่ยง ก่อนเข้าสถานศึกษา พร้อมสังเกตอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส สำหรับนักเรียน บุคลากรของ สถานศึกษา และผู้มาติดต่อ ทุกคน - ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษา ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาเมื่ออยู่ในสถานศึกษา - ให้มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์อย่างเพียงพอในบริเวณต่างๆ เช่น ทางเข้าอาคาร ห้องเรียน โรงอาหาร - ให้จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร เช่น ระหว่างโต๊ะเรียน ที่นั่งเรียน ที่นั่งในโรงอาหาร ที่นั่งพัก ทางเดิน จุดรอคอย ห้องนอนเด็กเล็ก กรณีห้องเรียนไม่เพียงพอในการจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ควรจัดให้มีการสลับวันเรียน แต่ละชั้นเรียน การแบ่งจำนวนนักเรียน หรือการใช้พื้นที่ใช้สอย บริเวณสถานศึกษา ตามความเหมาะสม ทั้งนี้อาจพิจารณาวิธีปฏิบัติอื่นตามบริบทความเหมาะสม โดยยึดหลัก Social distancing	- ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง เช่น ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องดนตรี ลิฟต์ อุปกรณ์กีฬา - จัดให้มีพื้นที่ในการเข้าแถว ทำกิจกรรม หรือเล่นกลุ่มย่อย เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร - ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ช้อน ส้อม แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า - จัดให้มีห้องพยาบาลสำหรับแยกผู้มีอาการป่วยระบบทางเดินหายใจออกจากผู้มีอาการป่วยระบบอื่น ๆ หรือพิจารณาส่งไปสถานพยาบาล

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
	5. เปิดประตู หน้าต่างให้ อากาศ ถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียน และบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ด ทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของ โต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน พักเที่ยง และ หลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิด และรวบรวมขยะ ออกจาก ห้องเรียนเพื่อนำไปกำจัดทุกวัน 6. ให้พิจารณาควบคุมจำนวนนักเรียน ที่มาร่วมกิจกรรม ลดแออัด หรือ ลดเวลาทำกิจกรรมให้สั้นลง เท่าที่จำเป็น หรือเหลือเวลา ทำกิจกรรม โดยถือหลักหลีกเลี่ยง การติดต่อสัมผัสระหว่างกัน	5. จัดให้มีการสื่อสารความรู้ การป้องกันโรคโควิด 19 แก่ นักเรียน บุคลากร เพื่อให้สามารถ ล้างมือ สวมและถอดหน้ากาก อย่างถูกวิธี การเก็บรักษาหน้ากาก ช่วงพักเที่ยงและการทำความสะอาด สถานที่และอุปกรณ์ของใช้ ที่ถูกสุขลักษณะ ตลอดจนจัด ให้มีนักเรียนแกนนำด้านสุขภาพ นักเรียนที่มีจิตอาสาเป็น อาสาสมัครในการช่วยดูแล สุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือ ดูแลรุ่นน้องด้วย 6. กรณี มีรถรับ - ส่งนักเรียน เน้นให้ผู้โดยสารทุกคน สวม หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ทำความสะอาดยานพาหนะและ บริเวณจุดสัมผัสร่วมกัน เช่น ราวจับ เบาะนั่ง ที่วางแขน ก่อนรับ และหลังจากส่ง นักเรียนแล้วทุกครั้ง ลดการพูดคุยหรือเล่นกันบนรถ ตลอดจนการจัดเว้นระยะห่าง ระหว่างที่นั่ง

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
2. การเรียนรู้	1. จัดหาสื่อความรู้ในการป้องกันควบคุมโรคโควิด 19 สำหรับใช้ในการเรียนการสอน การเรียนรู้ นอกห้องเรียน หรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ในรูปแบบของสื่อออนไลน์ : VTR , Animation , Infographic และสื่อสิ่งพิมพ์ : โปสเตอร์ แผ่นพับ ภาพพลิก คู่มือ แนวปฏิบัติ 2. เตรียมความพร้อมด้านการเรียนรู้ของเด็กตามวัยและสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา 3. สร้างความเข้มแข็งของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยบูรณาการกิจกรรมส่งเสริมพัฒนานักเรียนด้านทักษะชีวิต และความเข้มแข็งทางใจเข้าในการเรียนการสอนปกติ เพื่อช่วยให้นักเรียนจัดการความเครียดและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม	1. กรณีเด็กเล็ก ไม่แนะนำให้ใช้สื่อการเรียนการสอนแบบออนไลน์ โดยขาดปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน ครู ผู้ปกครอง 2. ไม่ปล่อยให้เด็กและวัยรุ่นอยู่กับสื่อออนไลน์ (ที่ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอน) นานเกินไป โดยทั่วไปกำหนดระยะเวลา - 1 ชั่วโมงต่อวัน สำหรับเด็กเล็ก / ประถมศึกษา - 2 ชั่วโมงต่อวัน สำหรับเด็กโต / มัธยมศึกษา 3. ส่งเสริมให้สถานศึกษาและนักเรียนประเมินตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน รองรับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 รวมถึงมีการตรวจคัดกรองสุขภาพนักเรียนอย่างต่อเนื่อง 4. สนับสนุนให้นักเรียนใช้สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพในรูปแบบและผ่านช่องทางหลากหลายที่สามารถเข้าถึงได้ อันจะช่วยส่งเสริมให้เกิดความรอบรู้ด้านสุขภาพนำไปสู่การปฏิบัติตนด้านสุขภาพที่เหมาะสม สะท้อนถึงการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ลดโรคและปลอดภัย

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
3. การครอบคลุมถึง เด็กด้อยโอกาส ก. เด็กพิเศษ ข. เด็กในพื้นที่เฉพาะห่างไกลมาก	1. จัดหาวัสดุสิ่งของเครื่องใช้และอุปกรณ์ล้างมือ เช่น สบู่ เจลแอลกอฮอล์ หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยอย่างเพียงพอสำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา ควรมีสำรองโดยเฉพาะเด็กเล็กที่เปื้อนง่าย เพราะถ้าขึ้นแฉะจะไม่สามารถป้องกันเชื้อได้ 2. มีการปรับปรุงแบบการเรียนการสอนให้ สอดคล้องกับบริบทการเข้าถึงการเรียนรู้ในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด 19 3. มีมาตรการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับการสุขภาพขั้นพื้นฐานอย่างทั่วถึง 4. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมของที่พักและเรือนนอนให้ถูกสุขลักษณะ 5. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับข้อบัญญัติการปฏิบัติด้านศาสนกิจ 6. มีมาตรการดูแลนักเรียนที่มีความบกพร่อง ด้านพัฒนาการการเรียนรู้ หรือด้านพฤติกรรมอารมณ์ ที่สามารถเรียนร่วมกับเด็กปกติ ได้แก่นักเรียนที่มีภาวะบกพร่องทางสติปัญญา บกพร่องทางการเรียนรู้ บกพร่องด้านพฤติกรรมอารมณ์ รวมถึงภาวะสมาธิสั้นและเด็กออทิสติก	1. ประสานและแสวงหาการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์การป้องกันโรคโควิด 19 จากหน่วยงานของจังหวัดและผู้เกี่ยวข้อง เช่น ศบค.จ. ท้องถิ่น เอกชน บริษัท ห้างร้าน ภาคประชาชน เป็นต้น 2. ประสานการดำเนินงานตามแนวทางพัฒนากิจกรรมผู้เรียนของกระทรวงศึกษาธิการกรณีมีข้อจำกัดด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา 3. ใช้สื่อสร้างความเข้าใจเรื่องโรคโควิด 19 และแนวทางการดูแลตัวเอง โดยคำนึงถึงข้อจำกัดทางภาษาและสังคมกลุ่มนักเรียน พิจารณาเรียนร่วมเลือกใช้สื่อที่เป็นรูปภาพ หรือเสียงที่เข้าใจง่ายมากกว่าใช้ตัวอักษรเพียงอย่างเดียว

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
4. สวัสดิภาพ และการคุ้มครอง	1. จัดเตรียมแผนรองรับด้านการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนป่วย กักตัวหรือกรณีปิดสถานศึกษาชั่วคราว 2. จัดเตรียมแนวปฏิบัติเพื่อลดการรังเกียจและการตีตราทางสังคม (Social stigma) 3. จัดเตรียมแนวปฏิบัติด้านการจัดการความเครียดของครูและบุคลากร 4. ตรวจสอบประวัติเสี่ยงของบุคลากรและนักเรียน ตรวจสอบเรื่องการกักตัวให้ครบ 14 วัน ก่อนมาทำการเรียนการสอนตามปกติและทุกวันเปิดเรียน 5. กำหนดแนวทางปฏิบัติตามระเบียบสำหรับบุคลากรและนักเรียนที่สงสัยติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคโควิด 19 โดยไม่ถือเป็นวันลาหรือวันหยุดเรียน	1. สื่อสารทำความเข้าใจกับบุคคลทุกฝ่าย ให้ข้อมูลที่ให้ความเชื่อมั่นในมาตรการป้องกันและการดูแลตามระบบการดูแลช่วยเหลือในสถานศึกษา โดยเฉพาะการระมัดระวัง การสื่อสารและคำพูดที่มีผลต่อทัศนคติ เพื่อลดการรังเกียจ การตีตราทางสังคม (Social stigma) กรณีที่อาจพบบุคลากร ในสถานศึกษา นักเรียน ผู้ปกครองติดเชื้อโควิด 19 2. กรณีนักเรียนหรือบุคลากรป่วยจริง ต้องให้หยุดรักษาจนกว่าจะหายเป็นปกติ โดยนำหลักฐานใบรับรองแพทย์มายืนยัน เพื่อกลับเข้าเรียนตามปกติ โดยไม่ถือว่าขาดเรียนหรือขาดงาน 3. กักตัวผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วยตามเกณฑ์ควบคุมโรคและดำเนินการช่วยเหลือเช่นเดียวกับผู้ป่วย

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
5. นโยบาย	1. สื่อสารประชาสัมพันธ์แก่ครูและบุคลากรในสถานศึกษาให้มีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้น เกี่ยวกับโรคโควิด 19 ทักษะการล้างมือ การสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย สุขลักษณะส่วนบุคคลที่ดี รวมทั้งการทำความสะอาดอย่างถูกวิธี 2. ประชุมชี้แจงคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานแบบออนไลน์ หรือกลุ่มย่อยตามความจำเป็น 3. มีแผนงาน โครงการ และกิจกรรมรองรับนโยบายและแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 ของสถานศึกษา 4. แต่งตั้งคณะทำงานรับผิดชอบเกี่ยวกับโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา ประกอบด้วย ครูบุคลากร สถานศึกษา นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และผู้เกี่ยวข้อง 5. กำหนดบทบาทหน้าที่ โดยมอบหมายครู ครูนามัยหรือบุคลากรสถานศึกษา ทำหน้าที่คัดกรองวัดไข้นักเรียน สังเกตสอบถามอาการเสี่ยงและประสานงานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ให้บริการในโรงพยาบาล รวมทั้งการดูแลทำความสะอาดในบริเวณสถานศึกษาและบริเวณจุดเสี่ยง	1. จัดระบบให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง กรณีขาดเรียน ลาป่วย ปิดสถานศึกษา เช่น จัดรูปแบบการเรียนรู้ออนไลน์ ผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ การติดต่อทางโทรศัพท์ Social media การติดตามเป็นรายวัน หรือ รายสัปดาห์ 2. พิจารณาปิดสถานศึกษาตามสถานการณ์และความเหมาะสม กรณีนักเรียน ครู หรือ บุคลากรในสถานศึกษาอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือเป็นผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อเข้ามาในสถานศึกษา ให้ประสานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อทำความสะอาดอาคารสถานที่ทั้งภายในภายนอกอาคาร และสิ่งของเครื่องใช้ รวมทั้งรีบแจ้งหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่เพื่อทำการสอบสวนโรค 3. สื่อสารให้มีความรู้เกี่ยวกับการสังเกต อาการเสี่ยง การมีแนวโน้ม เสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด 19 ได้ง่าย ได้แก่ เด็กที่มีอาการสมาธิสั้น (เป็นโรคที่มีอาการแสดงด้าน พฤติกรรม : ชนเกินไป ใจลอย รอคอยไม่ได้ รอคอยได้น้อย) ทำให้เด็กกลุ่มนี้เสี่ยงต่อการ สัมผัสกับบุคคลอื่น ล้าง แคะ สัมผัสใบหน้า จมูก ปากตัวเอง รวมทั้งหลงลืมการใส่หน้ากากผ้า หรือ หน้ากากอนามัย

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
5. นโยบาย (ต่อ)	- สื่อสารทำความเข้าใจผู้ปกครอง และนักเรียน โดยเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียนหรือวันแรกของการเปิดเรียนเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 และมีช่องทางการติดต่อสื่อสาร - สถานศึกษามีการประเมินตนเองเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเปิดเรียนผ่านระบบออนไลน์ของกระทรวงศึกษาธิการ / Thai STOP COVID กรมอนามัย หรือตามแบบประเมินตนเองสำหรับสถานศึกษาในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียนเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 - มีมาตรการการจัดการด้านความสะอาด รถ รับ - ส่งนักเรียน และชี้แจงผู้ประกอบการ เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 โดยถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด - เสริมสร้างวัคซีนชุมชนในสถานศึกษา โดยมาตรการ “4 สร้าง 2 ใช้” - สร้างสถานศึกษาที่รู้สึก... “ปลอดภัย”(safety) - สร้างสถานศึกษาที่..... “สงบ” (calm) - สร้างสถานศึกษาที่มี..... “ความหวัง” (Hope)	

มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม
5. นโยบาย (ต่อ)	- สร้างสถานศึกษาที่..... “เข้าใจ เห็นใจและให้โอกาส” (De-stigmatization) - ใช้ศักยภาพสถานศึกษาและชุมชน (Efficacy) เช่น ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน แบ่งปันทรัพยากรในชุมชน - ใช้สายสัมพันธ์ในสถานศึกษา (Connectedness) 10. มีการกำกับ ติดตามให้มีการดำเนินงานตามมาตรการเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อย่างเคร่งครัด	
6. การบริหารการเงิน	1. พิจารณาการใช้งบประมาณของสถานศึกษาสำหรับกิจกรรมการป้องกันการระบาดของโรคโควิด 19 ตามความจำเป็นและเหมาะสม 2. จัดหาวัสดุอุปกรณ์ป้องกันโรคโควิด 19 สำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา เช่น หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ สบู่ เป็นต้น	1. ประสานงานและแสวงหาแหล่งทุนและการสนับสนุนจากหน่วยงานองค์กรหรือภาคเอกชน เช่น ท้องถิ่น บริษัท ห้างร้าน NGO เป็นต้น เพื่อสนับสนุนกิจกรรมการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในสถานศึกษา 2. พิจารณาสรรหาบุคลากรเพิ่มเติมในการดูแลนักเรียนและการจัดการสิ่งแวดล้อมใน สถานศึกษา

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



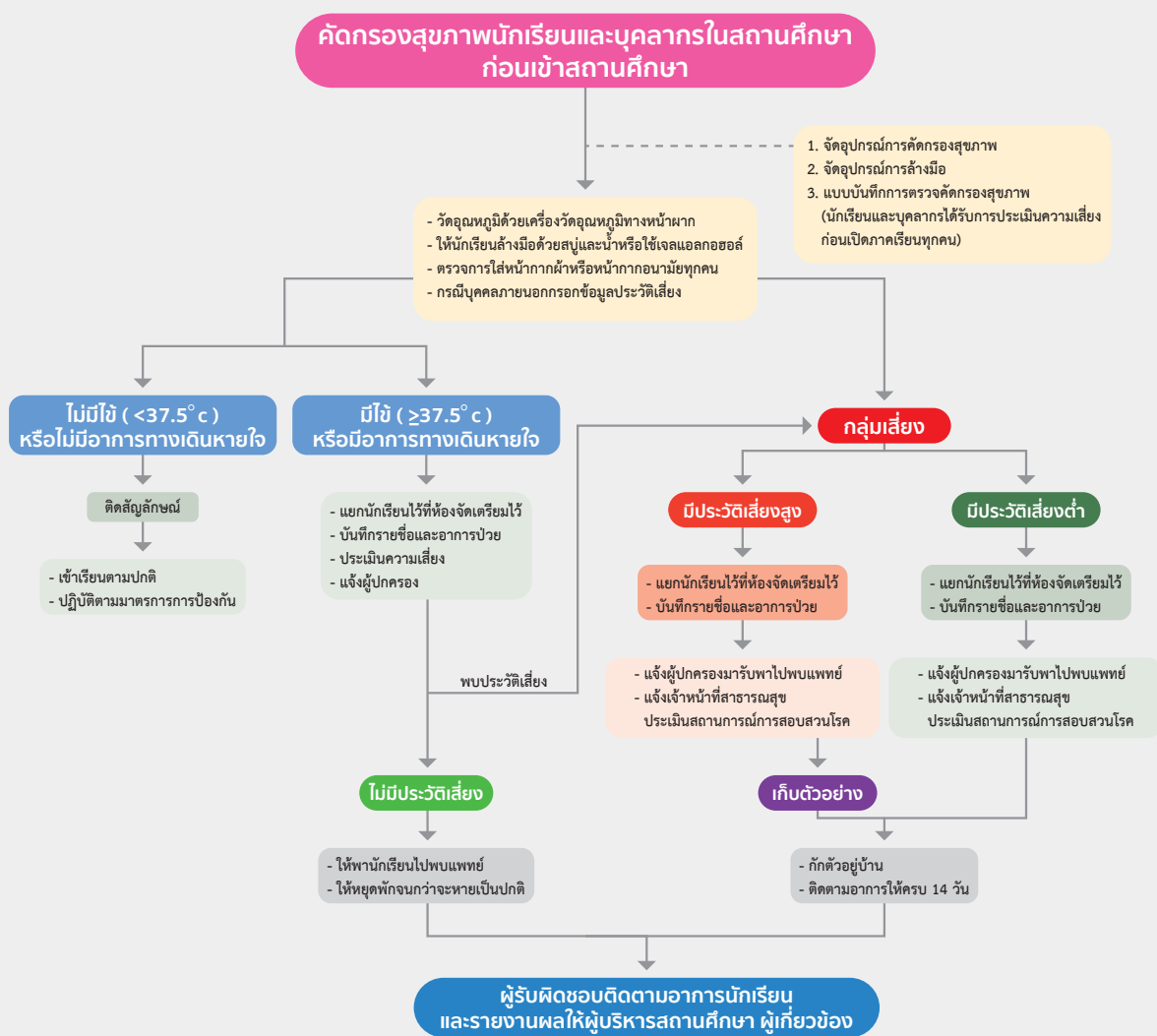
จุดเน้นหลักปฏิบัติในโรงเรียนรองรับสถานการณ์โควิด-19



บทบาทบุคลากรสาธารณสุขในการดำเนินงานป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา

ส่วนกลาง	เขต/ศูนย์อนามัย	จังหวัด	ระดับพื้นที่ (อำเภอ/ตำบล)
▶ ประสานความร่วมมือ ▶ กำหนดแนวทาง / มาตรการ ▶ จัดทำแนวปฏิบัติ ▶ ถ่ายทอดสู่การปฏิบัติ ▶ สนับสนุนวิชาการ องค์ความรู้ ▶ สนับสนุนสื่อการเรียนรู้ ด้านสุขภาพผ่าน Online / ทางไกล กศร. ▶ ติดตามประเมินผล	▶ สนับสนุนวิชาการ / สื่อสนับสนุน ▶ วางแผน และ ประสานงานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ▶ สนับสนุน ส่งเสริม ติดตามประเมินผล ▶ รวบรวมข้อมูล การดำเนินงาน	▶ ดำเนินงานตาม พรบ. / แนวทาง / มาตรการ ▶ จัดทำแผนปฏิบัติการ เฝ้าระวังป้องกัน ควบคุมโรค ▶ ประสาน ชี้แจง หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ▶ เพื่อเตรียมความพร้อม ดำเนินการ ▶ สนับสนุนด้านวิชาการ สื่อประชาสัมพันธ์ วัสดุอุปกรณ์ ▶ วางระบบการคัดกรอง และส่งต่อ ▶ ติดตามประเมินผล	▶ กำหนดบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ การประสานงานกับ สถานศึกษา ▶ การสนับสนุน ด้านวิชาการ ความรู้ คำแนะนำ สื่อประชาสัมพันธ์ และการสาธิต ▶ การสนับสนุน และ จัดเตรียมอุปกรณ์ ▶ ดำเนินการคัดกรอง และส่งต่อ ▶ สรุปผลการดำเนินงาน

ขั้นตอนการดำเนินงานคัดกรองและส่งต่อนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา ในการป้องกันควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19



วิธีการตรวจคัดกรองสุขภาพ

การตรวจคัดกรองสุขภาพเบื้องต้นช่วงสถานการณ์โรคโควิด 19 ในสถานศึกษา ที่สำคัญ ได้แก่ การตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายหรือวัดไข้ การซักประวัติการสัมผัสในพื้นที่เสี่ยง การสังเกตอาการเสี่ยงต่อการติดเชื้อ โดยมีวิธีปฏิบัติที่สำคัญพอสังเขป ดังนี้

วิธีการตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายหรือวัดไข้

มารู้จักเครื่องวัดอุณหภูมิร่างกาย

คนทั่วไปจะมีอุณหภูมิร่างกายอยู่ระหว่าง 36.5 - 37.4 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** ใช้วัดอุณหภูมิความร้อนที่แพร่ออกมาของร่างกายโดยไม่สัมผัสกับอวัยวะที่วัด มีหน้าจอแสดงผลเป็นแบบตัวเลขทำให้ง่ายต่อการอ่านค่า บริเวณปลายมีเซ็นเซอร์วัดรังสีอินฟราเรดที่ร่างกายแพร่ออกมา โดยเครื่องมือได้ออกแบบให้วัดที่บริเวณเยื่อแก้วหู
ข้อดี : อ่านค่าอุณหภูมิได้รวดเร็วเหมาะสมกับการคัดกรองคนจำนวนมาก
ข้อควรระวัง : การปนเปื้อนและติดเชื้อจากทางหูกรณีไม่เปลี่ยนปลอกหุ้ม
- 4) **เครื่องวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก** เป็นเครื่องที่พัฒนามาเพื่อลดโอกาสในการติดเชื้อของเครื่องวัดอุณหภูมิในช่องหู แต่ยังคงวัดอุณหภูมิได้อย่างรวดเร็ว เพื่อใช้ในการคัดกรองผู้ป่วยจำนวนมาก มีหน้าจอแสดงผลเป็นแบบตัวเลข บริเวณปลายมีเซ็นเซอร์วัดรังสีอินฟราเรดที่ผิวหน้า โดยเครื่องมือได้ออกแบบให้วัดที่บริเวณหน้าผาก
ข้อดี : อ่านค่าอุณหภูมิได้รวดเร็ว เหมาะสมกับการคัดกรองคนจำนวนมาก



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 ไม่ควรส่ายมือไปมาบนผิวหนังบริเวณที่ทำการวัด และไม่ควรมีวัตถุอื่นบัง เช่น เส้นผม หมวก หน้ากาก เหงื่อ เป็นต้น

การอ่านค่าผลการอ่านค่าผลการวัด เมื่อมีสัญญาณเสียงหรือสัญลักษณ์ แสดงว่า ทาการวัดเสร็จ หากอ่านค่าผลไม่ชัดเจน สามารถวัดซ้ำได้ ค่าผลการวัดไม่เท่ากัน ให้ใช้ค่าผลมากที่สุด โดยทั่วไปอุณหภูมิร่างกายปกติอยู่ในช่วงระหว่าง 36.1-37.2 องศาเซลเซียส หากตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป ถือว่า มีไข้ ต้องได้รับการตรวจวินิจฉัยต่อไป

ข้อควรระวัง

- ▶ ศึกษาคู่มือการใช้งานเครื่องวัดอุณหภูมิก่อนการใช้งาน
- ▶ เครื่องวัดอุณหภูมิผิวหนังควรอยู่ในสภาวะแวดล้อมของพื้นที่ทำการวัดไม่น้อยกว่า 30 นาที เพื่อให้อุณหภูมิของเครื่องวัดเท่ากับอุณหภูมิแวดล้อม
- ▶ ไม่ควรสัมผัสหรือหายใจบนเลนส์ของหัววัด หากมีสิ่งสกปรกบนเลนส์ให้ใช้ผ้านุ่มแห้ง หรือ สำลีพันก้านไม้ทำความสะอาด ไม่ควรเช็ดด้วยกระดาษทิชชู
- ▶ ผู้รับการตรวจวัดควรอยู่ในบริเวณจุดตรวจวัดอย่างน้อย 5 นาที ก่อนการวัด ไม่ควรออกกำลังกายหรืออาบน้ำ ก่อนถูกวัดอุณหภูมิเป็นเวลาอย่างน้อย 30 นาที การถือเครื่องวัด อุณหภูมิหน้าผากเป็นเวลานานมีผลให้อุณหภูมิภายในของเครื่องวัดสูงขึ้น และจะส่งผลการวัดอุณหภูมิร่างกายผิดพลาด
- ▶ อุณหภูมิร่างกายขึ้นอยู่กับการเผาผลาญพลังงานของแต่ละคน เสื้อผ้าที่สวมใส่ขณะทำการวัดอุณหภูมิแวดล้อม กิจกรรมที่ทำ

ผู้ที่มิประวัติไข้หรือวัดอุณหภูมิได้ ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ อย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นผู้สัมผัสความเสี่ยง (กลุ่มเสี่ยง) ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป

ขั้นตอนการซักประวัติและสังเกตอาการเสี่ยง

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

- 1) จัดตั้งจุดคัดกรองบริเวณทางเข้าของสถานศึกษา พิจารณากำหนดจุดคัดกรองตามความเหมาะสมกับจำนวนนักเรียน โดยยึดหลัก Social distancing
- 2) วัดอุณหภูมิตามคำแนะนำของเครื่องวัดอุณหภูมิตามผลิตภัณฑ์นั้น พร้อมอ่านค่าผลที่ได้ (มากกว่า 37.5 องศาเซลเซียส ถือว่า มีไข้)
- 3) ให้ผู้รับการตรวจคัดกรองล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ
- 4) ตรวจสอบการสวมหน้ากาก (Check mask) ของบุคคลทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษา
- 5) สอบถามและซักประวัติการเคยไปสัมผัสในพื้นที่เสี่ยง พื้นที่ที่มีผู้ป่วยติดเชื้อ หรือพื้นที่ที่มีคนจำนวนมาก และสังเกตอาการเสี่ยงต่อการติดเชื้อหรืออาการทางเดินหายใจ เช่น ไอ มีน้ำมูก เจ็บ คอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส เป็นต้น รวมถึงบันทึกผลลงในแบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพสำหรับนักเรียน บุคลากร หรือผู้มาติดต่อในสถานศึกษา (ภาคผนวก)

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

กรณี วัดอุณหภูมิร่างกาย ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป หรือ มีไข้ ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ อย่างใดอย่างหนึ่ง (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 ถือว่าเป็นผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยง (กลุ่มเสี่ยง) 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

ผู้ที่มีประวัติไข้หรือวัดอุณหภูมิร่างกายได้ ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ อย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิด กับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นผู้สัมผัสความเสี่ยง (กลุ่มเสี่ยง) ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่ สาธารณสุขดำเนินการต่อไป

หลักปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา

- 1) คัดกรอง (Screening) : ผู้ที่เข้ามาในสถานศึกษาทุกคน ต้องได้รับการคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกาย
- 2) สวมหน้ากาก (Mask) : ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา
- 3) ล้างมือ (Hand Washing) : ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ นานอย่างน้อย 20 วินาที หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสบริเวณจุดเสี่ยง เช่น ราวบันได ลูกบิดประตู เป็นต้น รวมทั้ง ไม่ใช้มือสัมผัส ใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น
- 4) เว้นระยะห่าง (Social Distancing) : เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร รวมถึงการจัดเว้นระยะห่าง ของสถานที่
- 5) ทำความสะอาด (Cleaning) : เปิดประตู หน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียน และบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของโต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน ช่วงพักเที่ยง และหลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิด และรวบรวมขยะออกจากห้องเรียน เพื่อนำไปกำจัดทุกวัน
- 6) ลดแออัด (Reducing) : ลดระยะเวลาการทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็นหรือเลื่อนเวลาทำกิจกรรม และหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมรวมตัวกันเป็นกลุ่มลดแออัด



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

แนวปฏิบัติสำหรับผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา

1. ประกาศนโยบายและแนวปฏิบัติการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา
2. จัดตั้งคณะกรรมการดำเนินการควบคุมดูแลและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประกอบด้วย ครู นักเรียน ผู้ปกครอง เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ท้องถิ่น ชุมชน และผู้เกี่ยวข้อง พร้อมบทบาทหน้าที่
3. ทบทวน ปรับปรุง ซ่อมปฏิบัติตามแผนฉุกเฉินของสถานศึกษาในภาวะที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อ (Emergency operation for infectious disease outbreaks)
4. สื่อสารประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคโควิด 19 เกี่ยวกับนโยบาย มาตรการ แนวปฏิบัติ และการจัดการเรียนการสอนให้แก่ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และคณะกรรมการสถานศึกษา ผ่านช่องทางสื่อที่เหมาะสม และติดตามข้อมูลข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับโรคโควิด 19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
5. สื่อสารทำความเข้าใจเพื่อลดการรังเกียจและลดการตีตราทางสังคม (Social stigma) กรณีอาจพบบุคลากรในสถานศึกษา นักเรียน หรือผู้ปกครองติดเชื้อโรคโควิด 19
6. มีมาตรการคัดกรองสุขภาพทุกคน บริเวณจุดแรกเข้าไปในสถานศึกษา (Point of entry) ให้แก่ นักเรียน ครู บุคลากร และผู้มาติดต่อ และจัดให้มีพื้นที่แยกโรค อุปกรณ์ป้องกัน เช่น หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ รวมถึงเพิ่มช่องทางการสื่อสารระหว่างครู นักเรียน ผู้ปกครอง และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในกรณีที่พบนักเรียนกลุ่มเสี่ยงหรือสงสัย
7. ควรพิจารณาการให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการเรียนการสอนที่มีคุณภาพเหมาะสมตามบริบทได้อย่างต่อเนื่อง ตรวจสอบติดตาม กรณีนักเรียนขาดเรียน ลาป่วย การปิดสถานศึกษา การจัดให้มีการเรียนทางไกล สื่อออนไลน์ การติดต่อทางโทรศัพท์ Social media โดยติดตามเป็นรายวัน หรือสัปดาห์
8. กรณีพบนักเรียน ครู บุคลากร หรือผู้ปกครองอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือผู้ป่วยยืนยันเข้ามาในสถานศึกษา ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อดำเนินการสอบสวนโรคและพิจารณาปิดสถานศึกษา ตามแนวทางของกระทรวงสาธารณสุข
9. มีมาตรการให้นักเรียนได้รับอาหารกลางวันและอาหารเสริมตามสิทธิที่ควรได้รับ 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 ทั้งนักเรียน ครู บุคลากร และผู้มาติดต่อ โดยใช้เครื่องวัดอุณหภูมิร่างกาย พร้อมสังเกตอาการและสอบถามอาการของ ระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส โดยติดสัญลักษณ์ สติกเกอร์หรือตราปั๊ม แสดงให้เห็นชัดเจนว่า ผ่านการคัดกรองแล้ว

►กรณีพบนักเรียนหรือผู้มีการมีไข้ อุณหภูมิร่างกายตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ร่วมกับอาการระบบทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง จัดให้อยู่ในพื้นที่แยกส่วน ให้รีบแจ้งผู้ปกครองมารับและพาไปพบแพทย์ ให้หยุดพักที่บ้านจนกว่าจะหายเป็นปกติ พร้อมแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อประเมินสถานการณ์และดำเนินการสอบสวนโรค และแจ้งผู้บริหารเพื่อพิจารณาการปิดสถานศึกษาตามมาตรการแนวทางของกระทรวงสาธารณสุข

►บันทึกผลการคัดกรองและส่งต่อประวัติการป่วย ตามแบบบันทึกการตรวจสุขภาพ

►จัดอุปกรณ์การล้างมือ พร้อมใช้งานอย่างเพียงพอ เช่น เจลแอลกอฮอล์วางไว้บริเวณทางเข้า ประตูล้างมือบริเวณอ่างล้างมือ

9. กรณีครูสังเกตพบนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรม เช่น เด็กสมาธิสั้น เด็กที่มีความวิตกกังวลสูง อาจมีพฤติกรรม ดุดันหรือก่อกวน ครูสามารถติดตามอาการและนำเข้าสู่ข้อมูลที่สังเกตพบในฐานข้อมูล ด้านพฤติกรรมอารมณ์ สังคมของนักเรียน (หรือฐานข้อมูล HERO) เพื่อให้เกิดการดูแลช่วยเหลือร่วมกับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตต่อไป
10. วิธีการปรับพฤติกรรมสำหรับนักเรียนที่ไม่ร่วมมือปฏิบัติตามมาตรการที่ครูกำหนด ด้วยการแก้ปัญหา การเรียนรู้ใหม่ให้ถูกต้อง นั่นคือ “สร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์” หรือ “ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์”
11. ครูสื่อสารความรู้เกี่ยวกับความเครียด ว่าเป็นปฏิกิริยาปกติที่เกิดขึ้นได้ในภาวะวิกฤติที่มีการแพร่ระบาดของ โควิด 19 และนำกระบวนการการจัดการความเครียด การฝึกสติให้กลมกลืนและเหมาะสมกับ นักเรียนแต่ละวัย ร่วมกับการฝึกทักษะชีวิตที่เสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ (Resilience) ให้กับนักเรียน ได้แก่ ทักษะชีวิตด้านอารมณ์ สังคม และความคิด เป็นต้น
12. ครูสังเกตอารมณ์ความเครียดของตัวเอง เนื่องจากภาระหน้าที่การดูแลนักเรียนจำนวนมาก และ กำกับให้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันการติดโรคโควิด 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 เป็นกิจวัตรก่อนเริ่มการเรียนการสอนเพื่อลดความวิตกกังวล ต่อสถานการณ์ที่ตึงเครียดนี้

แนวปฏิบัติสำหรับนักเรียน

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด 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 หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และทำความสะอาดหรือเก็บให้เรียบร้อย ทุกครั้งหลังใช้งาน
4. กรณีนักเรียนดื่มน้ำบรรจุขวด ควรแยกเฉพาะตนเอง และทำเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์เฉพาะไม่ให้ปะปนกับของคนอื่น
5. หมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยวิธีล้างมือ 7 ขั้นตอน อย่างน้อย 20 วินาที ก่อนกินอาหาร หลังใช้ส้วม หลีกเลียงใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น รวมถึงสร้างสุขนิสัยที่ดีหลังเล่นกับเพื่อน เมื่อกลับมาถึงบ้าน ต้องรีบอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันที
6. เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ในการทำกิจกรรมระหว่างเรียน ช่วงพัก และหลังเลิกเรียน เช่น นั่งกินอาหาร เล่นกับเพื่อน เข้าแถวต่อคิว ระหว่างเดินทางอยู่บนรถ
7. สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา
8. หลีกเลียงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชนที่เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด 19
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 เนื่องจากอาจจะก่อให้เกิดความหวาดกลัวมากเกินไปต่อการป่วยหรือการติดโรคโควิด 19 และเกิดการแบ่งแยกกีดกันในหมู่เรียน

บทบาทหน้าที่ของนักเรียนแกนนำด้านสุขภาพ

นักเรียนที่มีจิตอาสา เป็นอาสาสมัครช่วยดูแลสุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือดูแลรุ่นน้องด้วย เช่น สภานักเรียน เด็กไทยทำได้ ออ.น้อย. ยูวอาสาสมัครสาธารณสุข (ยูวอส.)

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเอง และลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรคโควิด 19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. ช่วยครูตรวจคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคนที่มาเรียน ในตอนเช้า ทางเข้า โดยมีครูดูแลให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด เน้นการจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
3. ตรวจดูความเรียบร้อยของนักเรียนทุกคนที่มาเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย หากพบนักเรียนไม่ได้สวม ให้แจ้งครู ผู้รับผิดชอบ เพื่อจัดหาหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยสำรองให้

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

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

6. ตรวจอุปกรณ์ของใช้ส่วนตัวของเพื่อนนักเรียนและรุ่นน้อง ให้พร้อมใช้งาน เน้นไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น จาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำ แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือของตนเอง

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

8. เป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคโควิด 19 ด้วยการสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ กินอาหารใช้จาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำของตนเอง การเว้นระยะห่าง เป็นต้น โดยถือปฏิบัติเป็นสุขนิสัยยกิจวัตรประจำวันอย่างสม่ำเสมอ

แนวปฏิบัติสำหรับผู้ปกครอง

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรค จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. สังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลืน 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 หลังใช้ส้วม หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และสร้างสุขนิสัยที่ดี หลังเล่นกับเพื่อน และเมื่อกลับบ้านถึงบ้าน ควรอาบน้ำ สระผม และเปลี่ยนชุดเสื้อผ้าใหม่ทันที
5. ดูแลสุขภาพบุตรหลาน จัดเตรียมอาหารปรุงสุกใหม่ ส่งเสริมให้กินอาหารร้อน สะอาด อาหารครบ 5 หมู่ และผัก ผลไม้ 5 สี และควรจัดอาหารกล่อง(Box set)ให้นักเรียนในช่วงเช้าแทนการซื้อจากโรงเรียน (กรณีที่ไม่ได้กินอาหารเช้าจากที่บ้าน) เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ออกกำลังกาย อย่างน้อย 60 นาที ทุกวัน และนอนหลับอย่างเพียงพอ 9-11 ชั่วโมงต่อวัน
6. หลีกเลี่ยงการพาบุตรหลานไปในสถานเสี่ยงต่อการติดโรคโควิด 19 สถานที่แออัดที่มีการรวมกันของคนจำนวนมาก หากจำเป็นต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ 7 ขั้นตอน ด้วยสบู่และน้ำ นาน 20 วินาที (ให้นักเรียนร้องเพลงแฮปปี้เบิร์ดเดย์ 2 ครั้ง พร้อมกับล้างมือ) หรือใช้เจลแอลกอฮอล์
7. กรณีมีการจัดการเรียนการสอนทางไกล ออนไลน์ ผู้ปกครองควรให้ความร่วมมือกับครูในการดูแลจัดการเรียนการสอนแก่นักเรียน เช่น การส่งการบ้าน การร่วมทำกิจกรรม เป็นต้น

แนวปฏิบัติสำหรับแม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร และผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 พื้นที่เสี่ยง คำแนะนำการป้องกันตนเองและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายของโรค จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้
2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลืน ไม่รู้รส ให้หยุดปฏิบัติงานและรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีมีคนในครอบครัวป่วยด้วยโรคโควิด 19 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยงและอยู่ในช่วงกักตัว ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข อย่างเคร่งครัด
3. ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ ก่อน - หลังปรุงและประกอบอาหาร ขณะจำหน่ายอาหาร หลังสัมผัสสิ่งสกปรก เมื่อจับเหรียญหรือธนบัตร หลังใช้ส้วม ควรล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือใช้เจลแอลกอฮอล์ และหลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น
4. ขณะปฏิบัติงานของผู้สัมผัสอาหาร ต้องสวมหมวกคลุมผม ผ้ากันเปื้อน ถุงมือ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และปฏิบัติตามสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง

5. ปกปิดอาหาร ใส่ถุงมือและใช้ที่คีบหยิบจับอาหาร ห้ามใช้มือหยิบจับอาหารพร้อมกินโดยตรง และจัดให้แยกกิน ส่วนกรณีร้านอาหารสำเร็จรูปพร้อมกิน ไม่ควรใช้มือสัมผัสลงไปในถุงบรรจุอาหารก่อนตักอาหาร
6. จัดเตรียมเมนูอาหารให้ครบ 5 หมู่ และผักผลไม้ 5 สี เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ประยุกต์ใหม่ให้นักเรียนกิน ภายในเวลา 2 ชั่วโมง หากเกินเวลาดังกล่าว ให้นำอาหารไปอุ่นจนเดือด แล้วนำมาเสิร์ฟใหม่ กรณีที่ไม่สามารถจัดเหลือเวลาสำหรับเด็กในมื้อกลางวัน ให้เตรียมอาหารกล่องแทนและรับประทานที่โต๊ะเรียน
7. จัดเตรียมกระดาษสำหรับสั่งรายการอาหาร หรือช่องทางสื่อสารอื่น ๆ เพื่อลดการพูดคุยและสัมผัส
8. ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ต้องใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเอง เช่น สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย สวมถุงมือยาง ผ้ายางกันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง
9. การเก็บขยะ ควรใช้ปากคีบด้ามยาวเก็บขยะ ใส่ถุงขยะปิดปากถุงให้มิดชิด และนำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ
10. เมื่อปฏิบัติงานเสร็จทุกครั้ง ต้องล้างมือบ่อย ๆ และเมื่อกลับมามีบ้าน ควรอาบน้ำ สระผม เปลี่ยนเสื้อผ้าใหม่ทันที

คำแนะนำในการทำความสะอาด

1. จัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาดอย่างเพียงพอ ได้แก่ น้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยาฟอกขาว อุปกรณ์การตวง ถังน้ำ ไม้ถูพื้น ผ้าเช็ดทำความสะอาด อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน อาทิ ถุงมือ หน้ากากผ้า เสื้อผ้าที่จะนำมาเปลี่ยนหลังทำความสะอาด
2. เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดพื้นผิวที่เหมาะสม
 - ก. กรณีสิ่งของอุปกรณ์เครื่องใช้ แนะนำให้ใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% ในการเช็ดทำความสะอาด
 - ข. กรณีเป็นพื้นผิวขนาดใหญ่ 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 5000 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. สื่อสารให้ความรู้ขั้นตอนการทำความสะอาดที่ถูกต้อง เหมาะสม รวมทั้งแนะนำสุขอนามัยในการดูแลตนเองกับผู้ปฏิบัติงาน

- ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ ก่อน – หลัง ทำความสะอาดทุกครั้ง
- สวมอุปกรณ์ป้องกันตัวเองทุกครั้ง เมื่อต้องทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ
- เปิดประตูหน้าต่าง ขณะทำความสะอาด เพื่อให้มีการระบายอากาศ
- หากพื้นผิวสกปรก ควรทำความสะอาดเบื้องต้นก่อน เช่น นำผ้าชุบน้ำเช็ดบริเวณที่มีฝุ่นหรือคราบสกปรก ก่อนที่จะใช้น้ำยาทำความสะอาดเพื่อฆ่าเชื้อ
- ควรทำความสะอาดและฆ่าเชื้อทั่วทั้งบริเวณ ก่อน – หลัง ใช้งานทุกครั้ง และเน้นบริเวณที่มีการสัมผัสหรือใช้งานร่วมกันบ่อย ๆ เช่น ลูกบิดประตู รีโมทคอนโทรล ปุ่มกดลิฟท์ ซึ่งเป็นพื้นผิวนขนาดเล็ก โดยนำผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาดชุบน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 หรือใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% เช็ดทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ
- สำหรับพื้น ใช้ไม้ถูพื้นชุบน้ำยาฆ่าเชื้อที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 เริ่มถูพื้นจากมุมหนึ่งไปยังอีกมุมหนึ่ง ไม่ซ้ำรอยเดิม โดยเริ่มจากบริเวณที่สกปรกน้อยไปมาก
- การทำความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป พื้นห้องส้วมให้ฆ่าเชื้อโดยราดน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 ทิ้งไว้อย่างน้อย 10 นาที เช็ดเน้นบริเวณที่รองนั่งโถส้วม ฝาปิดโถส้วม ที่กดชักโครก สายชำระ ราวจับ ลูกบิดหรือกลอนประตู ที่แขวนกระดาษชำระ อ่างล้างมือ ชันน้ำ ก๊อกน้ำ ที่วางสบู่ ผนัง ซอกประตู ด้วยผ้าชุบน้ำยาฟอกขาวที่เตรียมไว้ตามข้อ 2 หรือใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5%
- หลังทำความสะอาด ควรซักผ้าเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งแดดให้แห้ง
- ถอดถุงมือแล้ว ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หากเป็นไปได้ควรชำระล้างร่างกายและเปลี่ยนเสื้อผ้าโดยเร็ว หรือรีบกลับบ้านอาบน้ำให้สะอาดทันที
- บรรจุภัณฑ์ใส่น้ำยาทำความสะอาด ควรคัดแยกออกจากขยะทั่วไป และทิ้งในถังขยะอันตราย ส่วนขยะอื่น ๆ เช่น หน้ากากอนามัย ถุงมือ ราวบรวมและทิ้งขยะลงในถุงพลาสติกถุงขยะซ้อนสองชั้น มัดปากถุงให้แน่นและนำไปทิ้งทันที โดยทิ้งรวมกับขยะทั่วไป

5. ข้อควรระวัง

- สารที่ฆ่าเชื้อ ส่วนใหญ่เป็นชนิดสารฟอกขาว อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เนื้อเยื่ออ่อน ควรระวังไม่ให้เข้าตาหรือสัมผัสโดยตรง
- ไม่ควรผสมน้ำยาฟอกขาวกับสารทำความสะอาดอื่นที่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย
- หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค
- ไม่ควรนำถุงมือไปใช้ในการทำกิจกรรมประเภทอื่น ๆ ใช้เฉพาะการทำความสะอาดเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ
- หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำ ความสะอาด

รายการน้ำยาฆ่าเชื้อในการทำความสะอาดจำแนกตามลักษณะพื้นผิว

ลักษณะพื้นผิว	ชนิดสารฆ่าเชื้อ	ความเข้มข้นที่ฆ่าเชื้อ	ระยะเวลาที่ฆ่าเชื้อ	วิธีการเตรียม
- พื้นผิวทั่วไป พื้นผิวที่เป็นโลหะ - สิ่งของ อุปกรณ์ พื้นที่มีขนาดเล็ก เช่น ลูกบิดประตู	แอลกอฮอล์ (เอทานอล หรือเอทิลแอลกอฮอล์)	70%	10 นาที	
- พื้นผิวที่เป็นวัสดุแข็ง ไม่มีรูพรุน เช่น พื้นกระเบื้อง เซรามิก สแตนเลส แต่ไม่เหมาะกับพื้นผิวโลหะ	โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (เช่น น้ำยาฟอกขาว)	0.1%	5-10 นาที	ผสม 1 ส่วน ต่อน้ำ 49 ส่วน (เช่น 1 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 1 ลิตร กรณีผลิตภัณฑ์ที่ใช้มีความเข้มข้น 6%)
- พื้นผิวทั่วไป (ไม่ใช่โลหะหรือผลิตภัณฑ์ที่มีการเคลือบสี)	ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์	0.5%	1 นาที	ผสม 1 ส่วน ต่อน้ำ 5 ส่วน (เช่น 13 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 1 ลิตร กรณีผลิตภัณฑ์ที่ใช้มีความเข้มข้น 3%)

แนวปฏิบัติด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

สถานศึกษาเป็นสถานที่ที่มีคนอยู่รวมกันจำนวนมาก ทั้งนักเรียน ครู ผู้ปกครอง บุคลากร ผู้มาติดต่อและผู้ประกอบการ ร้านค้า กรณีที่นักเรียนต้องทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ทำให้มีโอกาสใกล้ชิดกันมาก ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้ง่าย จึงควรมีแนวปฏิบัติการจัดอาคารสถานที่ ดังนี้

1. ห้องเรียน ห้องเรียนรวม เช่น ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องดนตรี

1) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ควรคำนึงถึงสภาพบริบทและขนาดพื้นที่ และจัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน กรณีห้องเรียนไม่เพียงพอในการจัด เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล ควรจัดให้มีการสลับวันเรียนแต่ละชั้นเรียน การแบ่งจำนวนนักเรียน หรือการใช้ พื้นที่ใช้สอยบริเวณสถานศึกษา ตามความเหมาะสม ทั้งนี้อาจพิจารณาวิธีปฏิบัติอื่นตามบริบทความเหมาะสม โดยยึดหลัก Social distancing

2) จัดให้มีการเหลื่อมเวลาเรียน การเรียนกลุ่มย่อย หรือวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมตามบริบทสถานการณ์ และเน้นให้นักเรียนสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยขณะเรียนตลอดเวลา

3) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง หลีกเลี่ยงการใช้ เครื่องปรับอากาศ หากจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ระบายอากาศ ทุก 1 ชั่วโมง 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 หากจำเป็นต้องใช้ เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ระบายอากาศ ทุก 1 ชั่วโมง และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

3) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครู บรรณารักษ์ นักเรียน และผู้ใช้บริการ บริเวณทางเข้าด้านหน้า และภายในห้องสมุดอย่างเพียงพอ

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

5) การจำกัดจำนวนคนจำกัดเวลาในการเข้าใช้บริการห้องสมุด และให้นักเรียนและผู้ใช้บริการทุกคน สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยขณะใช้บริการห้องสมุดตลอดเวลา

3. ห้องประชุม หอประชุม

- 1) จัดให้มีการคัดกรองตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนเข้าห้องประชุม หอประชุม หากพบผู้มีอาการไข้ ไอ มีน้ำ เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส แจ้งตรวจร่วมประชุมและแนะนำให้ไปพบแพทย์ทันที
- 2) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1 - 2 เมตร และจัดทำสัญลักษณ์แสดง จุดตำแหน่งชัดเจน
- 3) ผู้เข้าประชุมทุกคนสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยขณะประชุมตลอดเวลา
- 4) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับผู้เข้าประชุม บริเวณทางเข้าภายในอาคาร หอประชุม บริเวณทางเข้าด้านหน้าและด้านในของห้องประชุม อย่างเพียงพอและทั่วถึง
- 5) จัดหรือหลีกเลี่ยงการให้บริการอาหารและเครื่องดื่มภายในห้องประชุม
- 6) ให้มีการทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ และจุดสัมผัสเสี่ยงร่วม เช่น ลูกบิดประตู รีโมท อุปกรณ์สื่อก่อนและหลังใช้ห้องประชุมทุกครั้ง
- 7) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง ก่อนและหลังใช้ห้องประชุม ทุกครั้ง หากจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ระบายอากาศ ทุก 1 ชั่วโมง และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

4. โรงยิม สนามกีฬา

- 1) จัดพื้นที่ทำกิจกรรมและเล่นกีฬา ลดความแออัด อาจจัดให้เล่นกีฬาเป็นรอบ หรือให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- 2) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับนักกีฬาและผู้มาใช้บริการ บริเวณทางเข้าและ บริเวณด้านในอาคารอย่างเพียงพอและทั่วถึง
- 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

สถานศึกษาส่งเสริมให้มีกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวันอย่างถูกต้องเหมาะสมตามสถานการณ์ แลบริบทพื้นที่ หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม ควรจัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลในการแปรงฟัน และให้มีอุปกรณ์การ แปรงฟันส่วนบุคคล ดังนี้

5.1 การจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์การแปรงฟันแปรงสีฟัน

- 1) นักเรียนทุกคนมีแปรงสีฟันเป็นของตนเอง ห้ามใช้แปรงสีฟันและยาสีฟันร่วมกัน
 - 2) ทำสัญลักษณ์หรือเขียนชื่อบนแปรงสีฟันของแต่ละคน เพื่อให้รู้ว่าเป็นแปรงสีฟันของใครป้องกันการหยิบของผู้อื่นไปใช้
 - 3) ควรเปลี่ยนแปรงสีฟันให้นักเรียน ทุก 3 เดือน เมื่อแปรงสีฟันเสื่อมคุณภาพ โดยสังเกต ดังนี้
 - บริเวณหัวแปรงสีฟันมีคราบสกปรกติดค้าง ล้างได้ยาก
 - ขนแปรงสีฟันบานแสดงว่าขนแปรงเสื่อมคุณภาพใช้แปรงฟันได้ไม่สะอาดและอาจระคายเคืองเหงือกให้เป็นแผลได้
- ยาสีฟัน** ให้นักเรียนทุกคนมียาสีฟันเป็นของตนเอง และเลือกใช้ยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ซึ่งมี ปริมาณฟลูออไรด์ 1,000-1,500 ppm. (มิลลิกรัม/ลิตร) เพื่อป้องกันฟันผุ
- แก้วนํ้า** จัดให้นักเรียนทุกคนมีแก้วนํ้าส่วนตัวเป็นของตนเอง จำนวน 2 ใบ
- ผ้าเช็ดหน้าส่วนตัว** สำหรับใช้เช็ดทำความสะอาดบริเวณใบหน้า ควรซักและเปลี่ยนใหม่ทุกวัน

5.2 การเก็บอุปกรณ์แปรงสีฟัน

1) เก็บแปรงสีฟันในบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ไม่อับชื้น และปลอดภัยจากแมลง

2) จัดทำที่เก็บแปรงสีฟัน แก้วน้ำ โดยเก็บของนักเรียนแต่ละคนแยกจากกัน ไม่ปะปนกัน เว้นที่ให้มีระยะห่างเพียงพอที่จะไม่ให้แปรงสีฟันสัมผัสกัน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรค โควิด 19 และควรวางหัวของแปรงสีฟันตั้งขึ้น เพื่อป้องกันไม่ให้หน้าที่ค้างตามด้ามแปรงสีฟัน หยดลงใส่หัวแปรงสีฟัน

5.3 การจัดกิจกรรมแปรงฟันหลังอาหารกลางวัน

ครูประจำชั้นดูแลและจัดให้มีกิจกรรมการแปรงฟันในห้องเรียน ให้นักเรียนทุกคนแปรงฟันหลังอาหารกลางวันทุกวัน อย่างสม่ำเสมอ โดยหลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างในการแปรงฟัน โดย

1) ให้นักเรียนแปรงฟันในห้องเรียน โดยนั่งที่โต๊ะเรียน เพื่อป้องกันการแพร่กระจาย ของน้ำลายละอองน้ำ หรือ เชื้อโรคสู่ผู้อื่น กรณีห้องเรียนแออัด ให้เหลือเวลาในการแปรงฟัน

2) ก่อนการแปรงฟันทุกครั้ง ให้ล้างมือด้วยสบู่และน้ำเสมอ เป็นเวลาอย่างน้อย 20 วินาที หรือ เจลแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้น 70-74 % หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างระหว่าง บุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร

3) ครูประจำชั้นแนะนำให้ให้นักเรียนใส่แก้วน้ำใบที่ 1 ประมาณ 1/3 แก้ว (ประมาณ 15 mL.)

4) นักเรียนนั่งที่โต๊ะเรียน แปรงฟันด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ครอบคลุมทุกซีกทุกด้าน นานอย่างน้อย 2 นาที เมื่อแปรงฟันเสร็จแล้ว ให้บ้วนยาสีฟันและน้ำสะอาดลงในแก้วน้ำ ใบที่ 2 เช็ดปากให้เรียบร้อย

5) นักเรียนทุกคนนำน้ำที่ใช้แล้ว จากแก้วใบที่ 2 เทรวมใส่ภาชนะที่เตรียมไว้ และให้ครูประจำ ชั้นนำไปเททิ้ง ในที่ระบายน้ำของสถานศึกษา ห้ามเทลงพื้นดิน

6) นักเรียนนำแปรงสีฟันและแก้วน้ำไปล้างทำความสะอาด และนำกลับมาเก็บให้เรียบร้อย หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร

7) มีการตรวจทำความสะอาดฟันหลังการแปรงฟันด้วยตนเองทุกวัน โดยอาจมีกระจกของตัวเอง ในการตรวจดูความสะอาด เสริมด้วยกิจกรรมการย้อมสีฟันอย่างน้อยภาคเรียนละ 2 ครั้ง

6. สระว่ายน้ำ

หลีกเลี่ยงหรืองดการจัดการเรียนการสอนในสระว่ายน้ำ กรณีรัฐบาลมีการผ่อนปรนมาตรการควบคุมโรค ให้สามารถใช้สระว่ายน้ำได้ ควรปฏิบัติ ดังนี้

1) ให้มีการคัดกรองเบื้องต้นหรือเฝ้าระวังมิให้ผู้มีอาการเจ็บป่วย เช่น ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ก่อนลงสระว่ายน้ำทุกครั้ง เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อโรค

2) กำกับดูแลและปฏิบัติตามคำแนะนำของระบบฆ่าเชื้ออย่างเคร่งครัด เพื่อให้ระบบมี ประสิทธิภาพในการฆ่าเชื้อตลอดเวลา การให้บริการ (คลอรีนอิสระคงเหลือ (Free Residual Chlorine) ใน ระดับ 1 - 3 ส่วน ในล้านส่วน (ppm))

3) ตรวจสอบคุณภาพน้ำในสระทุกวัน และดูแลความสะอาดของสระน้ำไม่ให้มีขยะมูลฝอย

4) กำหนดมาตรการก่อนลงสระว่ายน้ำ เช่น นักเรียนต้องชำระร่างกายก่อนลงสระ ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือ หน้ากากอนามัยก่อนลงและขึ้นจากสระว่ายน้ำ สวมแว่นตา - หมวกว่ายน้ำ ระหว่างการว่ายน้ำ ห้ามบ้วนน้ำลาย ห้ามปัสสาวะ ห้ามสูบบุหรี่ในน้ำ ห้ามพูดคุยกับเพื่อน ผู้สอนว่ายน้ำ (โค้ช) หรือผู้ดูแลสระน้ำ ต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่บริเวณสระว่ายน้ำ

5) ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ใช้ในการสอน แบ่งรอบการสอน จำกัดจำนวนคน และให้มีการเว้น ระยะห่างระหว่างบุคคล 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 โดยอยู่ในความควบคุมดูแลของครูในช่วงเวลา พักเที่ยงและหลังเลิกเรียน
- 4) ให้ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือก่อนและหลังการเล่นทุกครั้ง

8. ห้องส้วม

- 1) จัดเตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาดอย่างเพียงพอ ได้แก่ น้ำยาทำความสะอาดหรือน้ำยาฟอกขาว อุปกรณ์การตวง ถังขยะ ถังน้ำ ไม้ถูพื้น สบู่ดำมยารสำหรับเก็บขยะ ผ้าเช็ดทำความสะอาด และอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน เช่น ถุงมือ หน้ากากผ้า เสื้อผ้าที่จะนำมาเปลี่ยนหลังทำความสะอาด
- 2) การทำความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ด้วยน้ำยาทำความสะอาดทั่วไป พื้นห้องส้วม ให้ฆ่าเชื้อโดยใช้ผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (รู้จักกันในชื่อ “น้ำยาฟอกขาว”) โดยนำมาผสมกับน้ำ เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 0.1% หรือ 1000 ส่วนในล้านส่วน หรือผลิตภัณฑ์ฆ่าเชื้อที่มีส่วนผสมของไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ โดยนำมาผสมกับน้ำ เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 0.5% หรือ 5000 ส่วน ในล้านส่วน ราดน้ำยาฆ่าเชื้อ ทิ้งไว้อย่างน้อย 10 นาที เน้นเช็ดบริเวณที่ร่องนั่งโถส้วม ฝาปิดโถส้วม ที่กดชักโครก สายชำระ ราวจับ ลูกบิดหรือกลอนประตู ที่แขวนกระดาษชำระ อ่างล้างมือ ชันน้ำ ก๊อกน้ำ ที่วางสบู่ ผนัง ซอกประตู ด้วยผ้าชุบน้ำยาฟอกขาว หรือใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5%
- 3) หลังทำความสะอาด ควรซักผ้าเช็ดทำความสะอาดและไม้ถูพื้น ด้วยน้ำผสมผงซักฟอกหรือน้ำยาฆ่าเชื้อ แล้วซักด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง และนำไปผึ่งแดดให้แห้ง

9. ห้องพักครู

- 1) จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ควรคำนึงถึงสภาพบริบทและขนาดพื้นที่ อาจพิจารณาใช้ฉากกั้นบนโต๊ะเรียน และจัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน โดยถือปฏิบัติตามหลัก Social distancing อย่างเคร่งครัด
- 2) ให้ครูสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา
- 3) จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องปรับอากาศ หากจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ เปิดประตู หน้าต่าง ระบายอากาศ ทุก 1 ชั่วโมง และทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ
- 4) ให้มีการทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์ และจุดสัมผัสเสี่ยง เช่น ลูกบิดประตู อุปกรณ์ คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ เป็นต้น เป็นประจำทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง
- 5) จัดเตรียมเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครูและผู้มาติดต่อ บริเวณทางเข้าด้านหน้าประตู และภายในห้องอย่างเพียงพอและทั่วถึง

10. ห้องพยาบาล

- 1) จัดหาครูหรือเจ้าหน้าที่ เพื่อดูแลนักเรียน ในกรณีที่มีนักเรียนป่วยมาจนพักรอผู้ปกครองมารับ
- 2) จัดให้มีพื้นที่หรือห้องแยกอย่างชัดเจน ระหว่างนักเรียนป่วยจากอาการไข้หวัดกับนักเรียนป่วยจากสาเหตุอื่น ๆ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค
- 3) ทำความสะอาดเตียงและอุปกรณ์ของใช้ทุกวัน
- 4) จัดเตรียมเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือ บริเวณทางเข้าหน้าประตูและภายในห้องพยาบาลอย่างเพียงพอ

11. โรงอาหาร

การจัดบริการภายในโรงอาหาร การนั่งกินอาหารร่วมกันของผู้ใช้บริการ รวมถึงอาหาร ภาชนะ อุปกรณ์ ตู้กดน้ำดื่ม ระบบกรองน้ำและผู้สัมผัสอาหาร อาจเป็นแหล่งแพร่กระจายเชื้อโรค จึงควรมีการดูแล เพื่อลดและป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ดังนี้

- 1) หน่วยงานที่จัดบริการโรงอาหาร กำหนดมาตรการการปฏิบัติให้สถานที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ ดังนี้
 - (1) จัดให้มีอ่างล้างมือ พร้อมสบู่ 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 พื้นที่ตั่งตู้กดน้ำดื่ม และพื้นที่บริเวณที่นั่งกินอาหาร ให้สะอาด ด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือผงซักฟอก และจัดให้มีการฆ่าเชื้อด้วยโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น 1,000 ส่วนในล้านส่วน (ใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6% อัตราส่วน 1 ช้อนโต๊ะต่อน้ำ 1 ลิตร)
 - (6) ทำความสะอาดโต๊ะและที่นั่งให้สะอาด สำหรับนั่งกินอาหาร ด้วยน้ำยาทำความสะอาดหรือจัดให้มีการฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70% โดยหยดแอลกอฮอล์ลงบนผ้าสะอาดพอหมาด ๆ เช็ดไปในทิศทางเดียวกัน หลังจากผู้ใช้บริการทุกครั้ง
 - (7) ทำความสะอาดภาชนะ อุปกรณ์ และเครื่องใช้ให้สะอาด ด้วยน้ำยาล้างจาน และให้มี การฆ่าเชื้อ ด้วยการแช่น้ำร้อน 80 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 30 วินาที หรือแช่ด้วยโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น 100 ส่วนในล้านส่วน (ใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6% อัตราส่วน ครึ่งช้อนชาต่อน้ำ 1 ลิตร) 1 นาที แล้วล้างน้ำให้สะอาด และอบหรือผึ่งให้แห้ง ก่อนนำไปใช้ใส่อาหาร
 - (8) ทำความสะอาดตู้กดน้ำดื่ม ภายในตู้ถึงน้ำเย็น อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง และเช็ด ภายนอกตู้และก๊อกน้ำดื่มให้สะอาดทุกวัน และฆ่าเชื้อด้วยการแช่โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น 100 ส่วนในล้านส่วน เป็นเวลา 30 นาที ทุกครั้งก่อนบรรจุน้ำใหม่ ในกรณีที่มีเครื่องกรองน้ำ ควรทำความสะอาดด้วยการล้างย้อน (Backwash) ทุกสัปดาห์ และเปลี่ยนไส้กรองตามระยะเวลากำหนดของผลิตภัณฑ์ และตรวจเช็คความชำรุดเสียหายของระบบไฟฟ้าที่ใช้ สายดิน ตรวจเช็คไฟฟ้ารั่วตามจุดต่าง ๆ โดยเฉพาะบริเวณก๊อกน้ำที่ถือเป็นจุดเสี่ยง เพื่อป้องกันไฟฟ้าดูดขณะใช้งาน

- (9) จัดบริการอาหาร เน้นป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น อาหารปรุงสำเร็จสุกใหม่ทุกครั้ง หลีกเลี่ยงการจำหน่ายอาหารเสี่ยง เช่น อาหารประเภทกะทิ หรืออาหารปรุงข้ามวัน การปกปิดอาหารปรุงสำเร็จ การใช้ภาชนะที่เหมาะสมกับประเภทอาหาร และจัดให้มีภาชนะอุปกรณ์สำหรับการกินอาหารอย่างเพียงพอเป็นรายบุคคล เช่น จาน ถาดหลุม ช้อน ส้อม แก้วน้ำ เป็นต้น
 - (10) ประชาสัมพันธ์ให้ความรู้ภายในโรงอาหาร เช่น การสวมหน้ากากที่ถูกต้อง ขั้นตอนการล้างมือที่ถูกต้อง การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล การเลือกอาหารปรุงสุกใหม่สะอาด เป็นต้น
 - (11) กรณีมีการใช้บริการร้านอาหารจากภายนอก จัดส่งอาหารให้กับสถานศึกษา ควรให้ ครูหรือผู้รับผิดชอบ ตรวจสอบประเมินระบบสุขาภิบาลอาหารของร้านอาหาร โดยกำหนดข้อตกลงการจัดส่งอาหาร ปรุงสุกพร้อมกิน ภายใน 2 ชั่วโมง หลังปรุงเสร็จ และมีการปกปิดอาหาร เพื่อป้องกันการปนเปื้อน สิ่งสกปรกลงในอาหาร
 - (12) พิจารณาทางเลือกให้ผู้ปกครองสามารถเตรียมอาหารกลางวัน (Lunch box) ให้นักเรียนมารับประทานเอง เพื่อป้องกันเชื้อและลดการแพร่กระจายเชื้อ
- 2) ผู้สัมผัสอาหาร ต้องดูแลสุขลักษณะส่วนบุคคล มีการป้องกันตนเองและป้องกันการแพร่กระจาย เชื้อโรค ดังนี้
- (1) หากมีอาการป่วย ไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส ให้หยุดปฏิบัติงาน และแนะนำให้ไปพบแพทย์ทันที
 - (2) ดูแลสุขลักษณะส่วนบุคคล มีการป้องกันตนเอง แต่งกายให้สะอาด สวมใส่ผ้ากันเปื้อนและอุปกรณ์ป้องกันการปนเปื้อนสู่อาหาร ในขณะปฏิบัติงาน
 - (3) รักษาความสะอาดของมือ ด้วยการล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ ก่อนปฏิบัติงาน และขณะเตรียมอาหาร ประกอบอาหาร และจำหน่ายอาหาร รวมถึงหลังจากการจับเหรียญหรือธนบัตร หรือสัมผัส สิ่งสกปรก อาจใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือร่วมด้วย หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น
 - (4) สวมใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาขณะปฏิบัติงาน
 - (5) มีพฤติกรรมขณะปฏิบัติงานป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น ใช้อุปกรณ์ในการปรุงประกอบอาหาร เช่น เขียง มีด การหยิบจับอาหาร แยกระหว่างอาหารสุก อาหารประเภทเนื้อสัตว์สด ผัก และ ผลไม้ และไม่เตรียม ปรุง ประกอบอาหารบนพื้นโดยตรง
 - (6) จัดเมนูอาหารที่จำหน่าย โดยเน้นอาหารปรุงสุกด้วยความร้อน โดยเฉพาะเนื้อสัตว์ ปรุงให้สุกด้วยความร้อนไม่น้อยกว่า 70 องศาเซลเซียส หลีกเลี่ยงการจำหน่ายอาหารบูดเสียง่าย เช่น อาหารประเภทกะทิ และอาหารที่ไม่ผ่านความร้อน เช่น ซูชิ เป็นต้น
 - (7) อาหารปรุงสำเร็จ จัดเก็บในภาชนะสะอาด มีการปกปิดอาหารจัดเก็บสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 60 เซนติเมตร กรณีอาหารปรุงสำเร็จ รอการจำหน่าย ให้นำมาอุ่น ทุก 2 ชั่วโมง
 - (8) การใช้ภาชนะบรรจุอาหารแบบใช้ครั้งเดียวทิ้งต้องสะอาดมีคุณภาพเหมาะสมกับการบรรจุอาหารปรุงสำเร็จ และไม่ควรรีใช้โฟมบรรจุอาหาร
 - (9) ระหว่างการปฏิบัติงาน ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
 - (10) ควรพิจารณาให้มีระบบชำระเงินออนไลน์สำหรับผู้บริโภค

- 3) ผู้ที่เข้ามาใช้บริการโรงอาหาร ต้องดำเนินการป้องกันตนเอง และป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค ดังนี้
 - (1) ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือทุกครั้งก่อนเข้าไปในโรงอาหาร ก่อนกินอาหารภายหลังซื้ออาหารหลังจากจับเหรียญหรือธนบัตรหลังจากสัมผัสสิ่งสกปรกหรือ หลังออกจากห้องส้วม
 - (2) ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในโรงอาหารหรือเข้าไปในสถานที่จำหน่ายอาหาร
 - (3) เลือกซื้ออาหารปรุงสำเร็จสุกใหม่ หลีกเลี่ยงการกินอาหารประเภทเนื้อสัตว์ เครื่องในสัตว์ที่ปรุงไม่สุก และตรวจสอบคุณภาพของอาหารทันที เช่น สภาพอาหาร กลิ่น ความสะอาดและความเหมาะสมของภาชนะบรรจุ มีการปกปิดอาหารมิดชิด ไม่เอะอะโอะเอะ ไม่ฉีกขาด เป็นต้น
 - (4) ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ในการซื้ออาหาร ขณะรออาหาร นั่งกินอาหาร ขณะรอคาน้ำดื่ม
 - (5) พิจารณาเลือกใช้บริการชำระเงินแบบออนไลน์

12. รถรับ - ส่งนักเรียน

- 1) ทำความสะอาดรถรับนักเรียนและบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยง เช่น ราวจับ ที่เปิดประตู เบาะนั่ง ที่วางแขน ด้วยน้ำผสมผงซักฟอก หรือน้ำยาทำความสะอาดที่มีส่วนผสมของโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) และปฏิบัติตามคำแนะนำบนฉลากผลิตภัณฑ์ (เช่น ผสมโซเดียมไฮโปคลอไรท์ ความเข้มข้น 6% ปริมาณ 20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร)
- 2) นักเรียนที่ใช้บริการรถรับนักเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่บนรถ ลดการพูดคุยกัน เล่นหยอกล้อกัน รวมถึงกำหนดจุดรับ - ส่งนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง
- 3) การจัดที่นั่งบนรถรับนักเรียน ควรจัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ทั้งนี้ควรคำนึงถึงขนาดพื้นที่ของรถ จำนวนที่นั่ง พิจารณาตามบริบทคุณลักษณะของรถและความเหมาะสม จัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจน โดยยึดหลัก Social distancing อย่างเคร่งครัด
- 4) ก่อนและหลังให้บริการรับนักเรียนแต่ละรอบ ควรเปิดหน้าต่าง ประตู ระบายอากาศ ให้อากาศ ถ่ายเทได้สะดวก
- 5) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ บ่อย ๆ บนรถรับนักเรียน

13. หอพักนักเรียน

- 1) มีการตรวจคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคนก่อนเข้าหอพัก และสังเกตอาการเสี่ยง หากพบผู้มีอาการเสี่ยงต้องรีบแจ้งครูหรือผู้ดูแลหอพัก และแจ้งประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป
- 2) จัดให้มีที่ล้างมือพร้อมสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์สำหรับทำความสะอาดมือไว้บริการในบริเวณต่าง ๆ อย่างเพียงพอ เช่น บริเวณทางเข้าออกอาคาร หนาลิฟท์ ห้องนั่งเล่นส่วนกลาง เป็นต้น
- 3) ให้มีการทำความสะอาดในพื้นที่ต่างๆ โดยเน้นจุดที่มีผู้สัมผัสร่วมกันเป็นประจำ อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง และอาจเพิ่มความถี่มากขึ้น หากมีผู้ใช้งานจำนวนมาก ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและอาจฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70% หรือโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) 0.1% ในพื้นที่ ดังนี้
 - บริเวณพื้นที่ส่วนกลาง พื้นผิวสัมผัส อุปกรณ์ เครื่องใช้ เช่น เคาน์เตอร์ ราวบันได ที่จับประตู ปุ่มกดลิฟท์ จุดประชาสัมพันธ์ โต๊ะ ที่นั่ง สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ 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 และลดความแออัดในบริเวณพื้นที่ต่าง ๆ เช่น การจัดระยะห่างของเตียงนอน ชั้นวางของใช้ส่วนตัว จำกัดจำนวนคนในการใช้ลิฟท์ จัดทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งขีดเส้นที่มีการรอ เป็นต้น

5) จัดให้มีการระบายอากาศที่เหมาะสม ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องปรับอากาศ หากจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศ ควรตรวจสอบประสิทธิภาพของเครื่องปรับอากาศให้อยู่ในสภาพดี กำหนดเวลาเปิด-ปิด เครื่องปรับอากาศ และเปิดประตู หน้าต่างระบายอากาศ และต้องทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

6) กำหนดแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้พักในห้องพัก เช่น

- ให้ผู้ที่พักในห้องพัก ประเมินตนเองก่อน หากพบว่า มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ หรือมีอุณหภูมิร่างกาย เท่ากับหรือมากกว่า 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป หรือมีอาการระบบทางเดินหายใจ ให้รายงานหัวหน้า เพื่อเข้าสู่ระบบ การดูแลของโรงพยาบาลต่อไป

- มีการดูแลตนเอง โดยการสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1-2 เมตร หลีกเลี่ยงการพูดคุยในระยะใกล้ชิด และไม่ใช้สิ่งของเครื่องใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เช่น ผ้าเช็ดตัว ช้อน จาน ชาม แก้วน้ำ เป็นต้น) ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาด หรือด้วยเจลแอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ (เช่น ทุกครั้งก่อนและ หลังรับประทานอาหาร หลังการทำความสะอาดห้องพัก หลังการใช้ส้วม เป็นต้น) หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง และดูแลสุขภาพอนามัยส่วนบุคคล

- ดูแลภายในห้องพักให้สะอาด และทำความสะอาดบริเวณที่ต้องสัมผัสบ่อย เช่น ลูกบิดหรือกลอนประตู โต๊ะ เก้าอี้ ควรเปิดประตู หน้าต่างห้องพัก เป็นประจำทุกวัน เพื่อระบายอากาศ หากมีการใช้เครื่องปรับอากาศ ให้มีการทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้ง คัดแยกขยะ รวบรวมใส่ถุงขยะ มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้ง ตามเงื่อนไขที่ห้องพักกำหนด ก่อนนำไปกำจัดอย่างถูกต้อง

7) ภาชนะบรรจุน้ำดื่ม เช่น ถังน้ำ เหยือกน้ำ कुलเลอร์ ต้องสะอาด มีฝาปิด ควรมีทางเทรินหรือก๊อกน้ำ ไม่ควรใช้การ จ้วงตักโดยตรง และต้องล้างทำความสะอาดด้วยน้ำยาล้างภาชนะ ภายในและภายนอกทุกวัน

8) มีมาตรการกำกับดูแลพนักงานอื่นที่เกี่ยวข้อง เช่น แม่บ้าน พนักงานทำความสะอาด โดยหากพบว่า มีไข้ ไอ มีน้ำมูก เจ็บคอ เหนื่อยหอบ ให้หยุดงานและแนะนำให้พบแพทย์ ให้สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในอาคาร ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์บ่อย ๆ และต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1-2 เมตร หากรับผิดชอบ ด้านการทำความสะอาด ให้สวมถุงมือ ผ่ากันเปื้อน รองเท้าพื้นยางหุ้มแข้ง ใช้ที่คีบด้ามยาวเก็บขยะใส่ถุงมัดปากถุงให้มิดชิด นำไปรวบรวมไว้ที่พักขยะ เมื่อเสร็จสิ้นการปฏิบัติงาน ให้ล้างมือให้สะอาด เมื่อปฏิบัติงานเสร็จในแต่ละวัน หากเป็นไปได้ ควรอาบน้ำและเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที

9) หากมีบริการอื่นๆ ภายในห้องพัก เช่น ร้านอาหาร ร้านเครื่องดื่ม สถานที่รับประทานอาหาร ร้านเสริมสวย หรือ กิจกรรมอื่นๆ ให้ปฏิบัติตามแนวทางปฏิบัติในด้านนั้นๆ

10) มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ข่าวสารความรู้โรคโควิด 19 เกี่ยวกับอาการของโรค คำแนะนำการปฏิบัติตน เพื่อลดการเสี่ยงต่อโรค เช่น เสี่ยงตามสาย ตัดป้ายประชาสัมพันธ์ตามจุดต่าง ๆ ไลน์กลุ่มห้องพัก

11) กำกับดูแลตรวจสอบการปฏิบัติตนให้เป็นสุขนิสัยกิจวัตร โดยจัดให้มีจิตอาสาควบคุมดูแลทุกวัน

12) หากพบผู้ป่วยยืนยันหรือมีข้อมูลบ่งชี้ว่า หอพักอาจเป็นจุดแพร่เชื้อได้ ให้ผู้รับผิดชอบร่วมมือกับเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อในการดำเนินการต่างๆ เช่น การสอบสวนโรค การทำความสะอาดพื้นที่ต่าง ๆ เป็นต้น

13) มาตรการอื่นๆ นอกจากนี้ ให้เป็นไปตามระเบียบของหอพักและให้มีลักษณะเพื่อป้องกันการแพร่เชื้อและสามารถติดตามสอบสวนโรคได้ เช่น กิจกรรมการรวมตัวสังสรรค์ การกำหนดให้บุคคลภายนอกเข้าพัก หรือผู้มาติดต่ออื่น ๆ มีการลงทะเบียน เพื่อการติดตาม ตรวจสอบกรณีพบผู้ป่วยที่เกี่ยวข้องกับหอพัก

14. ห้องนอนเด็กเล็ก

1) ทำความสะอาดเครื่องนอน เปลี่ยนผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน และผ้ากันเปื้อนทุกวัน รวมถึงทำความสะอาดอุปกรณ์ของใช้ของเล่น ตู้เก็บของส่วนบุคคล และจุดสัมผัสเสี่ยงร่วม เป็นประจำทุกวัน

2) จัดให้มีพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ของเด็กรายบุคคล เช่น เรียงบนสื่อ ใช้สัญลักษณ์แทนขอบเขต รวมถึงการจัดที่นั่งนอนสำหรับเด็ก ต้องเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร

3) มีและใช้ของใช้ส่วนตัว เน้นไม่ใช้ของใช้ร่วมกัน เช่น ผ้ากันเปื้อน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ

4) จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครูและนักเรียน บริเวณทางเข้าและภายในห้องอย่างเพียงพอ

5) มีการระบายอากาศที่ดี อากาศถ่ายเทสะดวก เช่น เปิดประตู หน้าต่าง หลีกเลี่ยงการใช้ เครื่องปรับอากาศ หากจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด-ปิดเครื่องปรับอากาศ และเปิด ประตู หน้าต่างระบายอากาศ ทุก 1 ชั่วโมง และต้องทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

6) จัดอุปกรณ์การส่งเสริมพัฒนาการเด็กอย่างเพียงพอ คนละ 1 ชุด

7) อัตราส่วนของครูหรือผู้ดูแลเด็กหรือพี่เลี้ยงต่อเด็กเล็ก 1 : 5-8 ในการดูแลเด็กตลอดทั้งวัน

15. การเข้าแถวเคารพธงชาติ

1) การจัดพื้นที่เข้าแถว ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร กรณีมีพื้นที่จำกัดไม่เพียงพอ อาจพิจารณาสลับชั้นเรียนมาเข้าแถวบริเวณหน้าเสาธง หรือจัดให้มีการเข้าแถวบริเวณที่มีพื้นที่ กว้างขวาง เช่น หน้าห้องเรียน ลานอเนกประสงค์ ลานสนามกีฬา โรงยิม หอประชุม เป็นต้น

2) ครูและนักเรียนทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยตลอดเวลาการเข้าแถวเคารพธงชาติ

3) ลดระยะเวลาการจัดกิจกรรมหน้าเสาธง กรณีมีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ควรใช้ช่องทางอื่น ๆ เช่น เสียงตามสาย ผ่านออนไลน์ Line Facebook E-mail แจ้งในห้องเรียน เป็นต้น

4) ทำความสะอาดอุปกรณ์ของใช้หรือจุดสัมผัสเสี่ยง ภายหลังการใช้งานทุกครั้ง เช่น เชือกที่เสาธง ไมโครโฟน เป็นต้น

มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรณีเกิดการระบาด กรณีเกิดการระบาดในสถานศึกษา

นิยามเหตุการณ์การระบาด หมายถึง เมื่อพบผู้ป่วยยืนยันอย่างน้อย 1 ราย
ที่คิดว่าอาจมีการแพร่กระจายเชื้อในสถานศึกษา

นิยาม

- 1) ผู้ป่วยที่เข้าเกณฑ์ต้องสอบสวน (PUI = Patient Under Investigation) หมายถึง ผู้ที่มีประวัติใช้หรือวัดอุณหภูมิร่างกายได้ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หายใจเร็วหรือหายใจเหนื่อยหรือหายใจลำบาก) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ
- 2) ผู้ป่วยยืนยัน หมายถึง ผู้ที่มีผลตรวจทางห้องปฏิบัติการ พบว่า ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
- 3) ผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ สูง (High risk contact) หมายถึง ผู้สัมผัสใกล้ชิดตามลักษณะข้อใดข้อหนึ่ง ดังนี้
 - ผู้ที่เรียนร่วมห้อง ผู้ที่นอนร่วมห้อง หรือเพื่อนสนิทที่คลุกคลีกัน
 - ผู้สัมผัสใกล้ชิดหรือมีการพูดคุยกับผู้ป่วยในระยะ 1 เมตร นานกว่า 5 นาที หรือถูกไอ จาม รดจากผู้ป่วย โดยไม่มีการป้องกัน เช่น ไม่สวมหน้ากากอนามัย
 - ผู้ที่อยู่ในบริเวณที่ปิด ไม่มีการถ่ายเทอากาศ เช่น ในรถปรับอากาศ ในห้องปรับอากาศ ร่วมกับผู้ป่วย และอยู่ห่างจากผู้ป่วยไม่เกิน 1 เมตร นานกว่า 15 นาที โดยไม่มีการป้องกัน
- 4) ผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ ต่ำ (Low risk contact) หมายถึง ผู้ที่ทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกับผู้ป่วย แต่ไม่เข้าเกณฑ์ความเสี่ยง
- 5) ผู้ไม่ได้สัมผัส หมายถึง ผู้ที่อยู่ในสถานศึกษาแต่ไม่มีกิจกรรมหรือพบผู้ป่วยในช่วง 14 วัน ก่อนป่วย
- 6) ผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการป่วยรุนแรง (Underlying condition) หมายถึง ผู้ที่มีภูมิคุ้มกันต่ำหรือมีโรคประจำตัว หรือผู้สูงอายุ

กิจกรรมการเฝ้าระวังก่อนการระบาด

- 1) ให้มีการตรวจสอบการลาป่วยของนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา หากพบว่า ผู้ป่วยมากผิดปกติ ให้รายงานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ทราบ
- 2) ให้มีการคัดกรองไข้บริเวณทางเข้าสถานศึกษาทุกวัน หากพบว่า มีเด็กที่มีไข้จำนวนมากผิดปกติให้แจ้งเจ้าหน้าที่
- 3) ห้องพยาบาลให้ มีการบันทึกรายชื่อและอาการของนักเรียนที่ป่วย

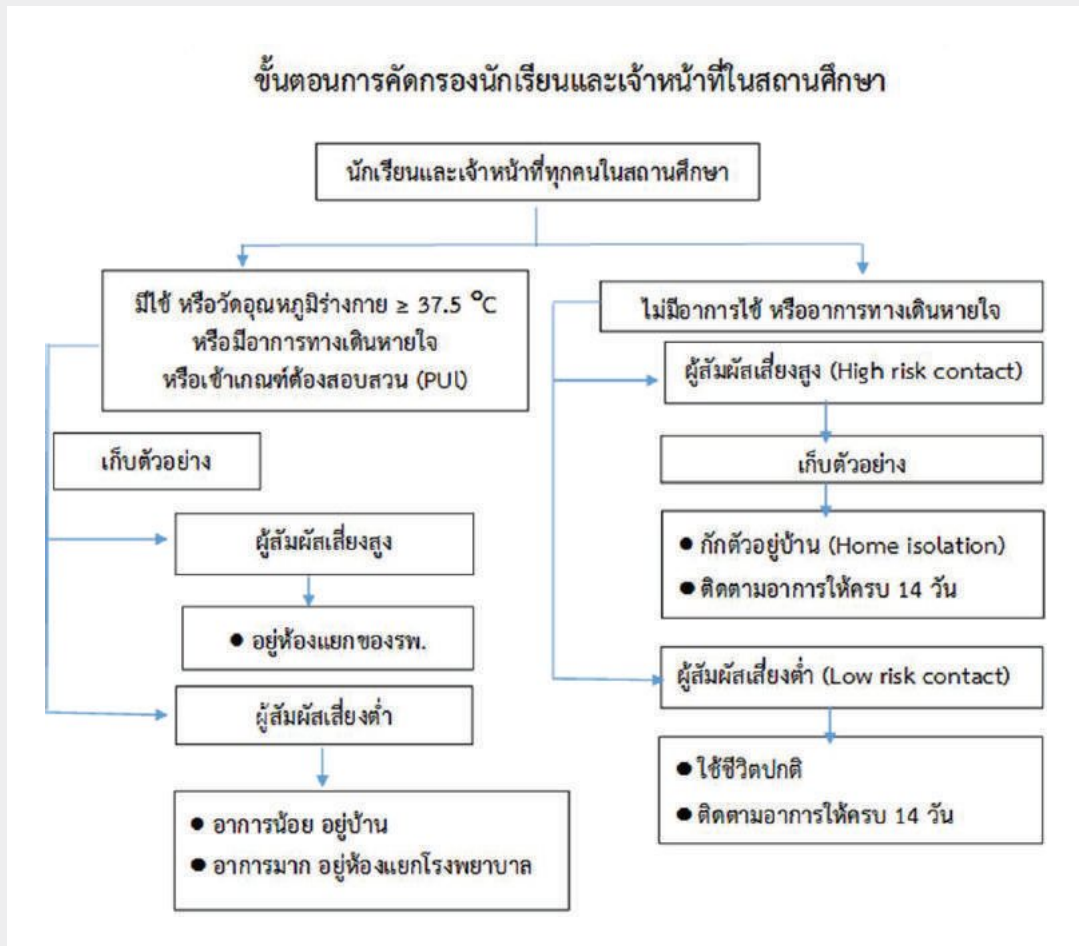
กิจกรรมเมื่อมีการระบาด

- 1) ปิดสถานศึกษา/ชั้นปี/ชั้นเรียน เพื่อทำความสะอาด เป็นระยะเวลา 3 วัน
- 2) สํารวจคัดกรองนักเรียนและบุคลากรทุกคน บริเวณทางเข้าสถานศึกษา โดยใช้ Handheld thermometer และดำเนินการ ตามแผนผัง
 - ◆ 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 และพิจารณาความเสี่ยงเพื่อตัดสินใจว่าจะให้ผู้ป่วยดูอาการที่บ้าน หรือต้องแยกตัวในโรงพยาบาล

6) ทีมสอบสวนโรคทำการติดตามผู้สัมผัสทุกวัน จนครบกำหนด

ผังขั้นตอนการคัดกรองนักเรียนและเจ้าหน้าที่ในสถานศึกษา



ที่มา : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

การกำกับ ติดตาม และรายงานผล

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

นสกรูปแบบปฏิบัติสำหรับสถานศึกษาในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ประเทศไทย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)																		
นโยบายกระทรวงศึกษาธิการ ช่วง COVID-19 “โรงเรียนหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้” เปิดภาคเรียน 1 กรกฎาคม 2563 แนวทางการจัดการเรียนการสอน ด้วยเทคโนโลยี การศึกษาทางไกล แบ่งเป็น 4 ระยะ - ระยะที่ 1 การเตรียมความพร้อม (7 เมษายน – 17 พฤษภาคม 2563) สำรวจความพร้อมด้านอุปกรณ์ การเข้า เข้า ถึง อินเทอร์เน็ตของนักเรียน ผู้ปกครอง ครู และระบบการบริหารจัดการการเรียนการสอน - ระยะที่ 2 การทดลองจัดการเรียนการสอน	มีการหารือร่วมกันระหว่างกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย องค์การอนามัยโลกประเทศไทย ยูนิเซฟ และเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดมาตรการก่อนเปิดภาคเรียนร่วมกัน โดยใช้กรอบแนวทาง 6 มิติ ได้แก่ การดำเนินงานเพื่อความปลอดภัย การเรียนรู้ การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส สวัสดิภาพและการคุ้มครอง นโยบายและการบริหารการเงิน สำหรับเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนเปิดภาคเรียนของสถานศึกษา ที่มา): องค์การเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติและองค์การภาคี) <table border="1"> <thead> <tr> <th>มิติ</th><th>มาตรการควบคุมหลัก</th><th>มาตรการเสริม</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. ความปลอดภัย</td><td>1. มีมาตรการคัดกรองวัดไข้ อากาโร และประวัติเสี่ยง</td><td>1. ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง</td></tr> <tr> <td>2. การลดการแพร่เชื้อโรค</td><td>2. ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษาทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า</td><td>2. จัดให้มีพื้นที่การทำกิจกรรมเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</td></tr> <tr> <td>3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ</td><td>3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ</td><td>3. ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว</td></tr> <tr> <td>4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</td><td>4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร</td><td>4. จัดให้มีห้องพยาบาลสำหรับแยกผู้มีอาการป่วยระบบทางเดินหายใจ</td></tr> <tr> <td>5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ</td><td>5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ</td><td>5. จัดให้มีการสื่อสารความรู้การป้องกันโรคโควิด 19 การล้างมือ การสวมหน้ากาก การทำความสะอาด</td></tr> </tbody> </table>	มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม	1. ความปลอดภัย	1. มีมาตรการคัดกรองวัดไข้ อากาโร และประวัติเสี่ยง	1. ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง	2. การลดการแพร่เชื้อโรค	2. ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษาทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า	2. จัดให้มีพื้นที่การทำกิจกรรมเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร	3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ	3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ	3. ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว	4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร	4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร	4. จัดให้มีห้องพยาบาลสำหรับแยกผู้มีอาการป่วยระบบทางเดินหายใจ	5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ	5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ	5. จัดให้มีการสื่อสารความรู้การป้องกันโรคโควิด 19 การล้างมือ การสวมหน้ากาก การทำความสะอาด	หลักปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 1. คัดกรอง (Screening) : ผู้ที่เข้ามาในสถานศึกษาทุกคน ต้องได้รับการคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกาย 2. สวมหน้ากาก (Wearing Mask) : ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา 3. ล้างมือ (Hand Washing) : ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำนานอย่างน้อย 20 วินาที หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสบริเวณจุดเสี่ยงโดยไม่จำเป็น 4. เว้นระยะห่าง (Social Distancing) : เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร รวมถึงการจัดเว้นระยะห่างของสถานที่ 5. ทำความสะอาด (Cleaning) : เปิดประตู หน้าต่าง ให้อากาศถ่ายเท หากจำเป็นต้องใช้เครื่องปรับอากาศ กำหนดเวลาเปิด - ปิดเครื่องปรับอากาศ และเปิดประตู หน้าต่าง ระบายอากาศ ทุก 1 ชั่วโมง และทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ โดยเช็ดทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของโต๊ะ เก้าอี้ และวัสดุอุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน ช่วงพักเที่ยง และหลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิดและรวบรวมขยะออกจากห้องเรียนเพื่อนำไปกำจัดทุกวัน 6. ลดแออัด (Reducing time & space) : ลดระยะเวลาการทำกิจกรรมให้สั้นลง เพื่อทำเป็นหรือหือสลับเวลาทำกิจกรรมและหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมรวมตัวกันเป็นกลุ่ม
มิติ	มาตรการควบคุมหลัก	มาตรการเสริม																		
1. ความปลอดภัย	1. มีมาตรการคัดกรองวัดไข้ อากาโร และประวัติเสี่ยง	1. ทำความสะอาดพื้นที่ที่นักเรียนใช้ร่วมกัน ก่อนและหลังใช้งานทุกครั้ง																		
2. การลดการแพร่เชื้อโรค	2. ให้นักเรียน บุคลากร และผู้เข้ามาในสถานศึกษาทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้า	2. จัดให้มีพื้นที่การทำกิจกรรมเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร																		
3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ	3. มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่ และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ อย่างเพียงพอ	3. ให้นักเรียนใช้ของใช้ส่วนตัว																		
4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร	4. จัดเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร	4. จัดให้มีห้องพยาบาลสำหรับแยกผู้มีอาการป่วยระบบทางเดินหายใจ																		
5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ	5. เปิดประตู หน้าต่างให้อากาศถ่ายเท ทำความสะอาดห้องเรียนและบริเวณต่าง ๆ	5. จัดให้มีการสื่อสารความรู้การป้องกันโรคโควิด 19 การล้างมือ การสวมหน้ากาก การทำความสะอาด																		

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)									
ทางไกล (18-30 พฤษภาคม 2563) - ทดลองจัดการเรียนการสอนทางไกลผ่านช่องรายการโทรทัศน์ระบบดิจิทัลและระบบออนไลน์ด้วยเครื่องมือการเรียนรู้ตามความเหมาะสมและบริบทของสถานศึกษา • ระยะเวลาที่ 3 การจัดการเรียนการสอน (1 กรกฎาคม 2563 – 30 เมษายน 2564) - สถานการณ์ที่ 1 กรณีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ยังไม่คลี่คลาย จัดการเรียนการสอนด้วยระบบทางไกลผ่านดาวเทียม(DLTV) และระบบออนไลน์ - สถานการณ์ที่ 2 กรณีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 คลี่คลาย กำหนดเปิดภาคเรียน 1	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="336 1362 476 1485">3. การเรียนรู้</td><td data-bbox="336 1097 476 1362">6. พิจารณาควบคุมจำนวนนักเรียน ลดแออัด เพื่อระยะเวลาที่กิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็น</td><td data-bbox="336 813 476 1097">6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีผู้รับ - ส่งนักเรียน</td></tr> <tr> <td data-bbox="476 1362 1026 1485"></td><td data-bbox="476 1097 1026 1362"> 1. จัดหาสื่อความรู้ป้องกันควบคุมโรคโควิด 19 สำหรับใช้ในการเรียนการสอน 2. เตรียมความพร้อมด้านการเรียนรู้ของเด็กตามวัยและสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา 3. สร้างความเข้มแข็งของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน </td><td data-bbox="476 813 1026 1097"> 6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีผู้รับ - ส่งนักเรียน 1. กรณีเด็กเล็ก ไม่แนะนำให้ใช้สื่อการเรียนการสอนแบบออนไลน์ โดยขอปิดปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน ครู ผู้ปกครอง 2. ไม่ปล่อยให้เด็กและวัยรุ่นอยู่กับสื่อออนไลน์ (ที่ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอน) นานเกินไปตามระยะเวลาที่กำหนด 3. ส่งเสริมให้สถานศึกษาและนักเรียนประเมินตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน 4. สนับสนุนให้นักเรียนใช้สื่อหรือรู้ด้านสุขภาพในรูปแบบและผ่านช่องทางหลากหลายที่สามารถเข้าถึงได้ </td></tr> <tr> <td data-bbox="1026 1362 1214 1485">3. การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส</td><td data-bbox="1026 1097 1214 1362">1. จัดหาอุปกรณ์การป้องกันตนเองและอุปกรณ์ล้างมือ เช่น สบู่ เจลแอลกอฮอล์ หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยให้เพียงพอ</td><td data-bbox="1026 813 1214 1097"> 1. ประสานและแสวงหาการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์การป้องกันโรคโควิด 19 2. ประสานการดำเนินงานตามแนวทางพัฒนากิจกรรมผู้เรียนของ </td></tr> </table>	3. การเรียนรู้	6. พิจารณาควบคุมจำนวนนักเรียน ลดแออัด เพื่อระยะเวลาที่กิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็น	6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีผู้รับ - ส่งนักเรียน		1. จัดหาสื่อความรู้ป้องกันควบคุมโรคโควิด 19 สำหรับใช้ในการเรียนการสอน 2. เตรียมความพร้อมด้านการเรียนรู้ของเด็กตามวัยและสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา 3. สร้างความเข้มแข็งของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน	6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีผู้รับ - ส่งนักเรียน 1. กรณีเด็กเล็ก ไม่แนะนำให้ใช้สื่อการเรียนการสอนแบบออนไลน์ โดยขอปิดปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน ครู ผู้ปกครอง 2. ไม่ปล่อยให้เด็กและวัยรุ่นอยู่กับสื่อออนไลน์ (ที่ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอน) นานเกินไปตามระยะเวลาที่กำหนด 3. ส่งเสริมให้สถานศึกษาและนักเรียนประเมินตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน 4. สนับสนุนให้นักเรียนใช้สื่อหรือรู้ด้านสุขภาพในรูปแบบและผ่านช่องทางหลากหลายที่สามารถเข้าถึงได้	3. การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส	1. จัดหาอุปกรณ์การป้องกันตนเองและอุปกรณ์ล้างมือ เช่น สบู่ เจลแอลกอฮอล์ หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยให้เพียงพอ	1. ประสานและแสวงหาการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์การป้องกันโรคโควิด 19 2. ประสานการดำเนินงานตามแนวทางพัฒนากิจกรรมผู้เรียนของ	ขั้นตอนการคัดกรองสุขภาพและแนวทางการส่งตัวนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา 1. จัดตั้งจุด/บริเวณคัดกรองบริเวณทางเข้าสถานศึกษา 2. วัดอุณหภูมิ (> 37.5 °C ถือว่ามีไข้) 3. ให้ผู้ถูกคัดกรองล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์ 4. ตรวจสอบการสวมหน้ากากของบุคคลทุกคนที่เข้าสถานศึกษา 5. ชักประวัติเสี่ยง อาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และบันทึกผลในแบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพ a. กรณี วัดอุณหภูมิร่างกาย < 37.5 °C ไม่มีอาการทางเดินหายใจ ไม่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย ยืนยันให้ติดสัญลักษณ์หรือสติ๊กเกอร์ เข้าเรียนปฏิบัติงานได้ตามปกติ/ b. กรณี วัดอุณหภูมิร่างกาย ≥ 37.5 °C ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง และ/หรือมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย ยืนยันให้แยกนักเรียนไว้ในห้องหรือบริเวณที่จัดเตรียมไว้แจ้งผู้ปกครอง แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สอบสวนโรค และดำเนินการตามคำแนะนำ 6. ผู้รับผิดชอบรวบรวมข้อมูลรายงานผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาทราบ
3. การเรียนรู้	6. พิจารณาควบคุมจำนวนนักเรียน ลดแออัด เพื่อระยะเวลาที่กิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็น	6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีผู้รับ - ส่งนักเรียน									
	1. จัดหาสื่อความรู้ป้องกันควบคุมโรคโควิด 19 สำหรับใช้ในการเรียนการสอน 2. เตรียมความพร้อมด้านการเรียนรู้ของเด็กตามวัยและสอดคล้องกับพัฒนาการด้านสังคม อารมณ์ และสติปัญญา 3. สร้างความเข้มแข็งของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน	6. มีมาตรการสำหรับกรณีมีผู้รับ - ส่งนักเรียน 1. กรณีเด็กเล็ก ไม่แนะนำให้ใช้สื่อการเรียนการสอนแบบออนไลน์ โดยขอปิดปฏิสัมพันธ์กับผู้สอน ครู ผู้ปกครอง 2. ไม่ปล่อยให้เด็กและวัยรุ่นอยู่กับสื่อออนไลน์ (ที่ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอน) นานเกินไปตามระยะเวลาที่กำหนด 3. ส่งเสริมให้สถานศึกษาและนักเรียนประเมินตนเองในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน 4. สนับสนุนให้นักเรียนใช้สื่อหรือรู้ด้านสุขภาพในรูปแบบและผ่านช่องทางหลากหลายที่สามารถเข้าถึงได้									
3. การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส	1. จัดหาอุปกรณ์การป้องกันตนเองและอุปกรณ์ล้างมือ เช่น สบู่ เจลแอลกอฮอล์ หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยให้เพียงพอ	1. ประสานและแสวงหาการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์การป้องกันโรคโควิด 19 2. ประสานการดำเนินงานตามแนวทางพัฒนากิจกรรมผู้เรียนของ									

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	เตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before re-opening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
กรกฎาคม 2563 จัดการเรียนการสอนปกติในโรงเรียน โดยให้เว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) และมีแผนเตรียมการเพื่อรองรับสถานการณ์ฉุกเฉินต่าง ๆ • ระยะเวลา 4 การทดสอบและการศึกษาต่อ (1 เมษายน – 15 พฤษภาคม 2564) ที่มา: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ	พิเศษ ข. เด็กในพื้นที่ที่เฉพาะทางไกลมาก 2. มีการปรับรูปแบบการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับบริบท การเข้าถึงการเรียนรู้ของนักเรียน 3. มีมาตรการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับบริการสุขภาพขั้นพื้นฐานอย่างทั่วถึง 4. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมของที่พักและเรือนนอนให้ถูกสุขลักษณะ 5. มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับข้อบัญญัติการปฏิบัติด้านศาสนกิจ 6. มีมาตรการดูแลนักเรียนที่มีความบกพร่องด้านพัฒนาการการเรียนรู้ หรือด้านพฤติกรรม	แนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรในสถานศึกษา ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา 1. ประสานนโยบายและแนวปฏิบัติ พร้อมทั้งจัดตั้งคณะทำงานดำเนินการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 2. ทบทวน ปรับปรุง ซ่อมแซม ติดตามแผนฉุกเฉินของสถานศึกษา 3. ให้มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคโควิด 19 เกี่ยวกับนโยบาย มาตรการ การปฏิบัติตน การจัดการเรียนการสอนให้กับผู้เกี่ยวข้อง และลดการติดราทางสังคม (Social Stigma) 4. มีมาตรการคัดกรองสุขภาพทุกคน บริเวณจุดแรกเข้าไปในสถานศึกษา (Point of entry) 5. ควรพิจารณาการจัดให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการเรียนการสอนที่มีคุณภาพเหมาะสมตามบริบทได้อย่างต่อเนื่อง รวมถึงการติดตามนักเรียนที่เรียนขาดเรียน ลาป่วย เสียชีวิตหรือผู้ป่วยยืนยันเข้ามาในสถานศึกษา ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ 7. มีมาตรการให้นักเรียนได้รับอาหารกลางวันและอาหารเสริมตามสิทธิที่ควรได้รับ กรณีพบอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือกักตัว 8. ควบคุม กำกับ ติดตาม และตรวจสอบการดำเนินงานตาม
	กระหรวงศึกษาธิการ กรณีมีข้อจำกัดด้านเทคโนโลยีทางการศึกษา 3. ใช้สื่อสร้างความเข้าใจเรื่องโรคโควิด 19 และแนวทางการดูแลตัวเอง โดยคำนึงถึงข้อจำกัดทางภาษาและสังคม กลุ่มนักเรียนพิการเรียนร่วม	
	1. จัดเตรียมแผนรองรับด้าน การเรียนการสอนสำหรับนักเรียนป่วย กักตัว หรือกรณีปิดสถานศึกษาชั่วคราว 2. จัดเตรียมแนวปฏิบัติเพื่อลดการรังเกียจและการตีตราทางการเรียนรู้	

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
สังคม (Social stigma) 3. จัดเตรียมแนวปฏิบัติด้านการจัดการความเครียดของครูและบุคลากร 4. ตรวจสอบประวัติเสี่ยงของบุคลากรและนักเรียน และการกักตัว 5. กำหนดแนวทางปฏิบัติตามระเบียบสำหรับบุคลากรและนักเรียนที่สงสัยติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคโควิด 19 โดยไม่ถือเป็นวันลาหรือวันหยุดเรียน 5. นโยบาย 1. สื่อสารประชาสัมพันธ์แก่ครูและบุคลากรในสถานศึกษาให้มีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับโรคโควิด 19 การล้างมือ การสวมหน้ากาก การรักษาระยะห่างระหว่างบุคคล การทำความสะอาด 2. ประชุมชี้แจงคณะกรรมการสถานศึกษา 3. มีแผนงาน โครงการ และกิจกรรมรองรับนโยบายและแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 ของสถานศึกษา	จนกว่าจะหายเป็นปกติ พร้อมใบรับรองแพทย์ โดยไม่ถือว่าขาดเรียนหรือขาดงาน 3. กักตัวผู้ใกล้ชิดกับผู้ป่วยตามเกณฑ์ควบคุมโรค 1. จัดระบบให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง 2. พิจารณาเปิดสถานศึกษาตามสถานการณ์และความเหมาะสม 3. สื่อสารให้มีความรู้เกี่ยวกับการเสี่ยง การมีแนวโน้มเสี่ยงต่อการติดเชื้อโควิด 19 ได้ง่าย โดยเฉพาะในเด็กที่มีอาการสมาธิสั้น	มาตรการอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง ครู ผู้ดูแลนักเรียน 1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ 2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ให้หยุดปฏิบัติงาน และรีบไปพบแพทย์ทันที 3. ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปสถานที่แออัดหรือแหล่งชุมนุม 4. แจ้งผู้ปกครองและนักเรียน ให้นำของใช้ส่วนตัวและอุปกรณ์ป้องกันมาใช้เป็นของตนเอง 5. สื่อสารความรู้คำแนะนำหรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการแพร่กระจายโรคโควิด 19 6. ทำความสะอาดสื่อการเรียนการสอนหรืออุปกรณ์ของผู้ใช้ร่วมที่เป็นจุดสัมผัสเสี่ยง ทุกครั้งหลังใช้งาน 7. ควบคุมดูแลการจัดที่นั่งภายในสถานที่ในโรงเรียน ตามหลักการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร 8. ตรวจสอบ กำกับ ติดตามการเรียนของนักเรียน 9. ตรวจสอบการดูแลสุขภาพทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษาตามขั้นตอน 10. สังเกตกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรม หรือนักเรียนที่ไม่

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
	4. แต่งตั้งคณะทำงานรับผิดชอบเกี่ยวกับโรคโควิด 19 ในสถานศึกษา 5. กำหนดบทบาทหน้าที่ และมอบหมายผู้รับผิดชอบดำเนินการตามมาตรการ 6. สื่อสารทำความเข้าใจผู้ปกครองและนักเรียนเกี่ยวกับแนวทางการป้องกันโรคโควิด 19 และมีช่องทางติดต่อสื่อสาร 7. มีการประเมินตนเองเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเปิดเรียน 8. มีมาตรการจัดการด้านความสะอาด รับประทาน - สวมหน้ากากอนามัย และล้างมือบ่อยๆ 9. เสริมสร้างวัฒนธรรมในสถานศึกษา โดยมาตรการ “สร้าง 2 ใช้” - สร้างสถานศึกษาที่รู้จัก... “ปลอดภัย” (safety) - สร้างสถานศึกษาที่..... “สงบ” (calm)	ร่วมมือปฏิบัติตามมาตรการที่ครูกำหนดเพื่อให้ได้รับการช่วยเหลือ 11. สื่อสารความรู้เกี่ยวกับความเครียด กระบวนการจัดการความเครียดให้แก่นักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา นักเรียน 1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ 2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง รับแจ้งครูหรือผู้ปกครอง 3. มิใช่ใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น 4. ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่แออัดหรือแหล่งชุมชน 5. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินอาหารปรุงสุก ร้อน สะอาด รับประทานอาหาร 5 หมู่ และผัก ผลไม้ ออกกำลังกาย และนอนหลับให้เพียงพอ 6. กรณีนักเรียนขาดเรียนหรือถูกกักตัว ควรติดตามความคืบหน้าการเรียนอย่างสม่ำเสมอ 7. หลีกเลี่ยงการล้อเลียนความผิดปกติหรืออาการไม่สบายของเพื่อน

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
	- สร้างสถานศึกษาที่มี..... - “ความหวัง” (Hope) - สร้างสถานศึกษาที่..... - “เข้าใจ เห็นใจและให้ออกาส” (De-stigmatization) - ใช้ศักยภาพสถานศึกษาและชุมชน (Efficacy) เช่น ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน แบ่งปันทรัพยากรในชุมชน - ใช้สายสัมพันธ์ในสถานศึกษา (Connectedness) 10. มีการกำกับ ติดตาม ให้มีการดำเนินงานอย่างเคร่งครัด 6.การบริหารการเงิน 1. พิจารณาการใช้งบประมาณของสถานศึกษาสำหรับการป้องกันโรคระบาดของโรคโควิด 19 ตามความจำเป็นและเหมาะสม 2. จัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ป้องกันโรคโควิด 19 สำหรับนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา	ผู้ปกครอง 1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ 2. สังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างหนึ่ง ให้รีบพาไปพบแพทย์ 3. จัดหาของใช้ส่วนตัวให้บุตรหลาน 4. จัดหาอุปกรณ์ป้องกันโรคและการล้างมือ กำกับให้บุตรหลานปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัดได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแอ่งชุมชน 5. ดูแลสุขภาพบุตรหลาน จัดเตรียมอาหารปรุงสุก ใหม่ 6. กรณีมีการจัดการเรียนการสอนทางไกล ออนไลน์ ผู้ปกครองควรให้ความร่วมมือกับครูในการดูแลจัดการเรียนการสอนแก่กันเรียน แม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด 1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ 2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างหนึ่ง ให้หยุดปฏิบัติงาน และรีบไปพบแพทย์ทันที 3. ล้างมือบ่อยๆ ก่อน – หลังปรุงและประกอบอาหาร ขณะจำหน่ายอาหาร หลังสัมผัสสิ่งสกปรก

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		4. ขณะปฏิบัติงานของผู้สัมผัสอาหาร ต้องสวมหน้ากากอนามัย ผักกั้นเบี่ยงลมมือ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และปฏิบัติตามสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง 5. ปกปิดอาหาร ใส่ถุงมือและใช้ที่คีบหยิบจับอาหาร 6. จัดเตรียมอาหารปรุงสุกใหม่ ให้นักเรียนกิน ภายในเวลา 2 ชั่วโมง 7. ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ต้องใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเองและปฏิบัติตามขั้นตอนการทำความสะอาดให้ถูกต้อง ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม 1.ห้องเรียน สถานที่สำหรับการจัดการเรียนสอน ห้องปฏิบัติการต่าง ๆ ภายในสถานศึกษา ห้องประชุม ห้องพัสดุ โรงยิม โรงอาหาร ห้องสมุด ห้องส้วม เป็นต้น ให้ดำเนินการตามหลักปฏิบัติการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 อย่างเคร่งครัดได้แก่ a. จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร b. มีการเหลื่อมเวลาเรียน การเรียนกลุ่มย่อย c. จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท และทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์การเรียนทุกครั้ง และจุดสัมผัสเสี่ยง ก่อน-หลังใช้งาน d. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ e. จำกัดจำนวนผู้ใช้งานหรือลดระยะเวลาทำกิจกรรมหรือเหลื่อมเวลา

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		2.โรงอาหาร f. จัดบริการอาหาร เน้นป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น อาหารปรุงสำเร็จสุกใหม่ทุกครั้ง g. พิจารณาทางเลือกให้ผู้ปกครองสามารถเตรียมอาหารกลางวัน(Lunch box) ให้นักเรียน 3.สถานที่ประพม์ h. หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างในการประพม์ ให้นักเรียนประพม์ในห้องเรียน โดยนั่งโต๊ะเรียน เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของน้ำลายละอองน้ำ หรือเชื้อโรคผู้อื่นตามขั้นตอนการประพม์ 4.สระว่ายน้ำ i. หลีกเลี่ยงหรืองดการจัดการเรียนการสอนในสระว่ายน้ำ กรณีรับรู้บิลมีการผ่อนปรนมาตรการควบคุมโรค ให้มีการคัดกรองเบื้องต้นหรือเฝ้าระวัง กำกับดูแลและปฏิบัติตามคำแนะนำของระบบเข้าใช้อย่างเคร่งครัด ตรวจสอบคุณภาพน้ำในสระทุกวัน และกำหนดมาตรการก่อนลงสระว่ายน้ำ 5.ห้องพยาบาล j. จัดหาครูหรือเจ้าหน้าที่ เพื่อดูแลนักเรียน ในกรณีที่นักเรียนป่วยมาพบหรือผู้ปกครองมารับ และมีการบันทึกรายชื่อและการของนักเรียนที่ป่วย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		k. จัดให้มีพื้นที่หรือห้องแยกอย่างชัดเจน ระหว่างนักเรียนป่วย จากอาการให้วัดกับนักเรียนป่วยจากสาเหตุอื่น ๆ 6. ห้องนอนเด็กเล็ก l. ทำความสะอาดเครื่องนอน และผ้ากันเปื้อนทุกวัน อุปกรณ์ของใช้ของเล่น ตู้เก็บของส่วนบุคคล และจุดสัมผัสสาธารณะ เป็นประจำทุกวัน ก. จัดให้มีพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ของเด็กวัยบุคคลดัดเล็กน้อย 1 - 2 เมตร ระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร ง. มีและใช้ของใช้ส่วนตัว เน้นไม่ใช้ของใช้ร่วมกัน o. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือสำหรับครูและนักเรียน p. มีการระบายอากาศที่ดี อากาศถ่ายเทสะดวก q. จัดอุปกรณ์การส่งเสริมพัฒนาการเด็กให้เพียงพอ r. อัตราส่วนของครูหรือผู้ดูแลเด็กหรือพี่เลี้ยงต่อเด็กเล็ก 1 : 5-8 ในการดูแลเด็กตลอดทั้งวัน 7. รับ-ส่งนักเรียน s. ทำความสะอาดรถรับนักเรียนและบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยง t. นักเรียนที่ใช้บริการรถรับนักเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือ หน้ากากอนามัย

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		u. การจัดที่นั่งบนรถรับนักเรียน ควรจัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร v. ก่อนและหลังให้บริการรับนักเรียนแต่ละรอบ ควรเปิดหน้าต่าง ประตู ระบายอากาศ ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก w. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ 8. หอพักนักเรียน x. มีการตรวจคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนทุกคน ก่อนเข้าหอพัก และสังเกตอาการเสี่ยง หากพบผู้มีอาการเสี่ยง ต้องรีบแจ้งครูหรือผู้ดูแลหอพัก และแจ้งประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการต่อไป y. จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ อย่างเพียงพอและทั่วถึง z. ดูแลสุขภาพลักษณะความสะอาดของอาคาร ห้องต่างๆ ภายในอาคาร ด้วยน้ำยาทำความสะอาดตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์ aa. จัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1-2 เมตร

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		bb. จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท เช่น เปิดประตู หน้าต่าง cc. มีและใช้ของใช้ส่วนตัว เน้นไม่ใช้ของใช้ร่วมกัน เช่น ผ้าเช็ดตัว ผ้าปู ที่นอน ปลอกหมอน จาน ชาม ช้อน ส้อม แก้วน้ำ เป็นต้น dd. ภาชนะบรรจุน้ำดื่มต้องสะอาด มีฝาปิด ควรมีทางเทรินหรือก๊อกน้ำ ไม่ควรใช้การจิ้งจกโดยตรง และต้องล้างทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อและภาชนะ ภาชนะและภาชนะภายนอกทุกวัน ee. หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมหรือจับกลุ่มบุคคลใกล้ชิดกับผู้อื่นในพื้นที่ส่วนรวมภายในอาคาร ff. ควบคุมดูแลการจัดการขยะทั่วไป gg. กำกับดูแลตรวจสอบการปฏิบัติงานให้เป็นสุขนิสัยกิจวัตร มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 กรณีเกิดการระบาด (เมื่อพบผู้ป่วยยืนยันอย่างน้อย 1 ราย ที่คิดว่าอาจมีการแพร่กระจายเชื้อในสถานศึกษา) 1) ปิดสถานศึกษา/ชั้นปี/ชั้นเรียน เพื่อทำความสะอาด เป็นระยะเวลา 3 วัน

เริ่มเปิดโรงเรียน (Reopening)	การเตรียมการก่อนเปิดภาคเรียน (Preparations before reopening)	แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)
		2) ประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สำหรับจัดเครื่องนักเรียนและบุคลากรทุกคน บริเวณทางเข้าสถานศึกษา และดำเนินการขั้นตอนที่กำหนด หากพบผู้เข้าเกณฑ์สอบสวน (PU) ให้เก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจหาเชื้อ 3) ผู้สัมผัสกลุ่ม High risk ให้ดำเนินการเก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจเชื้อ 4) ผู้สัมผัสกลุ่ม Low risk ไม่ต้องเก็บตัวอย่าง แต่ให้แยกตัวอยู่ที่บ้าน และรายงานอาการ (Self-report) ทุกวัน หากพบว่า มีอาการเข้าเกณฑ์ PU ให้ดำเนินการแบบผู้ป่วย PU 5) เมื่อเปิดเรียน ให้มีการคัดกรองใช้ทุกวัน หากพบมีอาการเข้าได้กับ PU ให้เก็บตัวอย่าง และพิจารณาความเสี่ยงเพื่อตัดสินใจว่าจะให้ผู้ป่วยออกจากที่บ้าน หรือต้องแยกตัวไม่โรงพยาบาล 6) ทีมสอบสวนโรคทำการติดตามผู้สัมผัสทุกวัน จนครบกำหนด (ที่มา: กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข) การกำกับ ติดตาม และรายงานผล สถานศึกษา คณะกรรมการสถานศึกษา และหน่วยงานสาธารณสุขที่ดูแลสถานศึกษา ควรมีการกำกับ ติดตาม ทบทวนการดำเนินงานให้สอดคล้องตามแนวปฏิบัติ สถานการณ์ และบริบทพื้นที่ อย่างต่อเนื่อง กรณีพบผู้มีอาการเสี่ยงหรือป่วย ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขทันที และรายงานต่อผู้บริหาร ผู้เกี่ยวข้อง

สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน

สร้างเกราะป้องกัน
ไวรัสโคโรนา
ด้วยการล้างมือ

ต้องล้างมือทุกครั้ง
ด้วยน้ำและสบู่หรือใช้เจลล้างมือ
เมื่อสัมผัสสิ่งสกปรก

หากมีข้อสงสัยสอบถามได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

5 สัญญาณเตือน
ไวรัสโคโรนา

มีไข้ เจ็บคอ ไอ น้ำมูกไหล เหนื่อยหอบ

ในกรณีที่ มีไข้ ร่วมกับ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก และเดินทางมาจากพื้นที่ระบาด หรือสัมผัสผู้ป่วยที่เดินทางมาจากพื้นที่ระบาด ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

"หากมีข้อสงสัยสอบถามได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค 1422"

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ตอนเช้าและก่อนนอน

นาน 2 นาที เพื่อทำความสะอาด และกำจัดคราบสกปรก ด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์

งดกินอาหาร หลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง เพื่อให้เวลาปากสะอาดมากที่สุด

2-2-2 รหัสลับ ฟันดี

การดูแลสุขภาพช่องปากของตนเองอย่างสม่ำเสมอ แต่ทำตาม 2-2-2 รหัสลับฟันดี ก็ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการป้องกันฟันผุแล้ว

ใช้ไหมขัดฟัน อย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง หลังแปรงฟัน เพื่อประสิทธิภาพความสะอาดยิ่งขึ้น

สำนักงานทันตสาธารณสุข

ข้อแนะนำการใช้
หน้ากากผ้าของน้องๆหนูๆ

เด็กเล็กอย่างหนู ควรสวมหน้ากากอนามัยหรือไม่?

คำแนะนำ

เด็กอายุต่ำกว่า 5 ขวบ ไม่ควรสวมหน้ากาก เพราะมีความเสี่ยงที่จะหายใจไม่สะดวก และเสี่ยงต่อการสำลัก เด็กอายุ 5 ขวบ แต่หากมีความจำเป็น สวมหน้ากากผ้า และใช้วิธีผูกเชือก หรือใช้สายคล้องที่ปลอดภัย

เด็กอายุ 5 ขวบขึ้นไป แนะนำให้สวมหน้ากากผ้า และล้างมือก่อนและหลังสวมหน้ากาก

"การป้องกันการติดเชื้อในเด็ก ที่ดีที่สุดคือ ผู้เลี้ยงดูเด็กต้องสวมหน้ากาก และล้างมือก่อนสัมผัสเด็กทุกครั้ง"

ติดต่อ : กรมอนามัย

สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)



สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)

ล้างมือ๐๐๐

ลดความเสี่ยงการติดเชื้อไวรัสโคโรนา

ล้างมือทุกครั้ง

เมื่อไอ จาม หรือสัมผัสสิ่งปนเปื้อน

ก่อนกินอาหาร

หลังสัมผัสสารไวรัสบน เช่น ลูกบอลไม้ขีด

เมื่อมือสกปรก

ถึงโรงเรียนและ กลับจากบ้าน

หลังออกจากห้องส้วม

สัมผัสสัตว์เลี้ยงหรือแอลกอฮอล์เจล

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย Chulabhorn Research Institute กรมอนามัย

การป้องกัน ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับผู้บริหาร/เจ้าของโรงเรียน

นักเรียน ผู้ปกครอง บุคลากรในโรงเรียน หากมีอาการไอ จาม มีไข้สูง หายใจเหนื่อยหอบ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ควรแจ้งผู้อำนวยการโรงเรียน และปฏิบัติตามคำแนะนำของโรงเรียน ดังนี้

1. จัดให้มีการทำความสะอาด อาคารสถานที่และยานพาหนะ
2. จัดให้มีการคัดกรองนักเรียน ผู้ปกครอง บุคลากร
3. จัดให้มีการทำความสะอาด
4. จัดให้มีการทำความสะอาด
5. จัดให้มีการทำความสะอาด
6. จัดให้มีการทำความสะอาด
7. จัดให้มีการทำความสะอาด
8. จัดให้มีการทำความสะอาด
9. จัดให้มีการทำความสะอาด
10. จัดให้มีการทำความสะอาด

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย Chulabhorn Research Institute กรมอนามัย

การป้องกัน เชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับผู้ปกครองในการดูแลบุตรหลาน

สังเกตอาการ
บุตรหลานมีอาการไอ จาม มีไข้สูง หายใจเหนื่อยหอบ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย หรือไม่สบายตัวหรือไม่สบายใจ

สร้างสุขนิสัยที่ดี
ให้บุตรหลานปฏิบัติตามคำแนะนำของกรมอนามัย

ล้างมือ
เมื่อสัมผัสสิ่งปนเปื้อน

หลีกเลี่ยง
การสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วย

กักตัว
หากบุตรหลานมีอาการไอ จาม มีไข้สูง หายใจเหนื่อยหอบ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย หรือไม่สบายตัวหรือไม่สบายใจ

ส่งเสริม/ป้องกัน
ให้บุตรหลานปฏิบัติตามคำแนะนำของกรมอนามัย

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย Chulabhorn Research Institute กรมอนามัย

การป้องกัน ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับครู ผู้ดูแลนักเรียน

ศึกษาระเบียบกติกาส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี หากมีอาการไอ จาม มีไข้สูง หายใจเหนื่อยหอบ คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเสีย ควรแจ้งผู้อำนวยการโรงเรียน และปฏิบัติตามคำแนะนำของโรงเรียน ดังนี้

1. จัดให้มีการคัดกรองนักเรียน ผู้ปกครอง บุคลากร
2. จัดให้มีการทำความสะอาด
3. จัดให้มีการทำความสะอาด
4. จัดให้มีการทำความสะอาด
5. จัดให้มีการทำความสะอาด
6. จัดให้มีการทำความสะอาด
7. จัดให้มีการทำความสะอาด
8. จัดให้มีการทำความสะอาด
9. จัดให้มีการทำความสะอาด
10. จัดให้มีการทำความสะอาด

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย Chulabhorn Research Institute กรมอนามัย

การป้องกัน ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) สำหรับเด็กนักเรียน

1. ถ้ามีอาการไอ จาม เป็นหวัด มีไข้ หรือหายใจเหนื่อยหอบ ให้หยุดเรียน
2. พักผ่อน/ไม่อยู่ในที่แออัด
3. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำบ่อยๆ หรือเจลแอลกอฮอล์
4. กินอาหารที่ปรุงสุกสะอาด
5. มีอุปกรณ์ส่วนตัวใช้ส่วนตัว
6. หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัด
7. ดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

จัดทำโดย Chulabhorn Research Institute กรมอนามัย

สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)

“ไม่ฉีด ไม่พ้น”
ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโควิด-19

สถานศึกษาที่ควร
ดูแลอย่างใกล้ชิด

สถานที่ที่ผู้คนพลุกพล่าน ที่ไปบ่อย น้อยมาก

• สนาม • ทางเท้า • ห้องเรียน / สนาม • ทางเดินในห้าง

วิธีเช็ดมือ

• ระยะเวลาเช็ดมือให้ถูกวิธีตามหลักอนามัย เช็ดมือด้วยสบู่ในน้ำนานพอในน้ำที่ใส น้ำสะอาดที่กรองสะอาดจนดื่มได้ คือ เช็ดอย่างน้อย 70% น้ำสะอาดอาจ

กรมควบคุมโรค สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 สระบุรี

สายด่วน 1422

Social Distancing สำหรับ วัยรุ่น

1. อยู่บ้าน
 - หากิจกรรมที่เอื้ออำนวยอยู่กับที่บ้าน
 - ออกกำลังกายที่บ้าน
2. งดการใกล้ชิดผู้อื่น
 - เว้นระยะห่าง 2 เมตร
 - เว้นสถานที่แออัด
 - งดการเลี้ยงสัตว์ และเลี้ยงไก่ในรั้ว
3. หลีกเลี่ยงการสัมผัส
 - สวมหน้ากาก
 - ไม่ควรสัมผัสกับผู้อื่น
 - เว้นระยะห่าง
4. สวมหน้ากากทุกครั้ง
 - เมื่อใกล้ชิดคนอื่น
 - เมื่อออกนอกบ้าน
5. อาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้าเมื่อกลับจากไปข้างนอก
6. ล้างมือก่อนสัมผัสใบหน้าหรือรับประทานอาหาร
7. กินร้อน ช้อน(กลาง)ส่วนตัว แยกชุด

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ติดต่อ : สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 4 สระบุรี

สายด่วน 1422

แนวทางเตรียมความพร้อมของสถานศึกษา การเปิดภาคเรียน

ป้องกัน Covid-19

1. มีมาตรการคัดกรองวัดไข้และอาการเสี่ยงก่อนเข้าสถานศึกษา
2. ลงพื้นที่นำทางก่อนเข้าห้องเรียนของครูและบุคลากร
3. ให้มีจุดบริการล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์อย่างเพียงพอ
4. จัดให้มีการเว้นระยะห่าง
5. ทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสที่มีการใช้ร่วมกันบ่อย
6. ลดความแออัด ไม่จัดกิจกรรมที่มีการสัมผัสร่วมกัน

ข้อมูลโดย : กรมอนามัย

วันที่ 11 ธันวาคม 2563

1422

วิธีเลือกซื้อเจลแอลกอฮอล์อย่างปลอดภัย

1. ฉลาก
 - มีฉลากชัดเจน
 - มีเลขที่ขึ้นทะเบียน
 - มีเลขที่ใบอนุญาต
 - มีเลขที่ใบอนุญาต
 - มีเลขที่ใบอนุญาต
2. บรรจุภัณฑ์
 - บรรจุในภาชนะที่ปิดสนิท
 - มีฝาปิดที่แน่นหนา
 - มีฝาปิดที่แน่นหนา
3. ฉลาก
 - มีฉลากชัดเจน
 - มีเลขที่ขึ้นทะเบียน
 - มีเลขที่ใบอนุญาต
 - มีเลขที่ใบอนุญาต
 - มีเลขที่ใบอนุญาต
4. ตรวจสอบ
 - ตรวจสอบวันที่หมดอายุ
 - ตรวจสอบวันที่หมดอายุ
 - ตรวจสอบวันที่หมดอายุ

หากพบผลิตภัณฑ์สุขภาพผิดกฎหมายสามารถร้องเรียนได้ที่ สายด่วน อย. 1556 (ในวันและเวลาราชการ)

กรมอนามัย

วันที่ 11 ธันวาคม 2563

1422

สื่อรอบรู้ด้านสุขภาพนักเรียน (ต่อ)



แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม

กระทรวงสาธารณสุข

ไทยรัฐโควิด

กรมอนามัย

กรมควบคุมโรค

กรมสุขภาพจิต

สำนักงานคณะกรรมการ

อาหารและยา

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

<https://covid19.moph.go.th/>

<https://www.facebook.com/thaimoph/>

<https://www.anamai.moph.go.th/main.php?filename=covid19>

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

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

สายด่วน 1422

<https://www.dmh.go.th/covid19/>

สายด่วน 1323 หรือสายเฉพาะสถานการณ์โควิด-19

โทร 089-3256158, 0893256160

http://www.fda.moph.go.th/Pages/CV_Infographic.html

รายการสื่อรอบรู้ด้านสุขภาพ รองรับสถานการณ์ COVID-19

ตารางรายการสื่อรอบรู้ ด้านสุขภาพสนับสนุนการเรียนรู้สถานการณ์ COVID-19 จำแนกตามเนื้อหา

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

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
ล้างมือ ลดความเสี่ยงการติดเชื้อไวรัสโคโรนา	Infographic	https://1th.me/YLoa4
แนวทางการป้องกันเชื้อไวรัสโคโรนา สำหรับเด็กวัยเรียน	Infographic	https://1th.me/9nDF0
มาตรการเตรียมความพร้อมโรงเรียนก่อนเปิดเทอม ปลอดภัยจากโควิด 19	Infographic VDO Clip	Youtube Facebook website
STAY AT HOME อยู่บ้านอย่างไรให้พ้นดี (ฉบับวัยทีน)	Infographic	https://qrqo.page.link/XAsnC
กินอย่างไรให้ห่างไกล COVID - 19	Infographic	สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต http://new.smartteen.net/Infographic
Social Distancing สำหรับวัยรุ่น	Infographic	
20 เกม เล่นในบ้าน ดูแลจิตใจ ด้านภัย COVID-1	Infographic	
5 อย่าง COVID - 19	Infographic	สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข https://qrqo.page.link/XAsnC
COVID - 19 WAR	Infographic	
สุขอนามัยส่วนบุคคลและการตรวจร่างกายเบื้องต้น		
ชุดสื่อความรู้ด้านสุขภาพ	หนังสือ โปสเตอร์	สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข https://qrqo.page.link/XAsnC
เด็กไทยฉลาดรอบรู้ด้านสุขภาพ	Animation	
การตรวจร่างกาย 10 ท่าปฏิบัติการรอบรู้สุขภาพ ตอนที่ 1-3		
ชุดสื่อเด็กไทยรอบรู้ ตอนที่ 1 กินพอดี เติบโตสมวัย สดใสแข็งแรง ตอนที่ 2 ปฏิบัติการ 2 2 2 รักษาร่างกายดี ล้างมือ 7 ขั้นตอน พิชิตโรค ตอนที่ 3 กระโดดโลดเต้น เล่นสนุก นอนหลับคุณภาพ และ ฉลาดรอบรู้	Animation	
โรงเรียนสิ่งแวดล้อมปลอดภัย เด็กไทยสุขอนามัยดี	VDO/Animation	

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
เด็กไทยรอบรู้สุขภาพและการตรวจร่างกายเบื้องต้น	โปสเตอร์ แผ่นพับ	https://bit.ly/2XxnI5R
กระโดดโลดเต้น เน้นหลักคุณภาพ และฉลาดรอบรู้	VDO Clip	https://youtu.be/1rJCU_I_Wtw
กินพอดี เติบโตสมวัย สดใสแข็งแรง	VDO Clip	https://youtu.be/1rJCU_I_Wtw
คู่มือการส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียน	คู่มือ/แนวทางการ	https://qrgo.page.link/B37qt
คู่มือแผนการเรียนรู้การสอนเสียงดูถูกตาม “คำสอนพ่อ” ด้านสุขภาพ 8 คุณธรรมหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	E-book	https://www.cgtoolbook.com/books026/
คู่มือครอบครัวต้นแบบเลี้ยงดูลูกตามคำสอนพ่อคุณธรรม 8 ประการ ของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	E-book	https://www.cgtoolbook.com/books001/7/
โภชนาการ		
หนังสือชุดความรู้ NuPETHS	E-book หนังสือ	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/NuPETHS_2563.pdf http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/NuPETHS/mobile/index.html
โปสเตอร์อาหาร 5 หมู่	Infographic โปสเตอร์	http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_03.pdf http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_04.pdf
Animation NuPETHS The Heroes	Animation DVD	https://www.youtube.com/channel/UC53ePfa14D3Z8Q2HxkjYO3w
คู่มือการจัดการนำหนักเด็กวัยเรียน (Smart Kids Coacher)	หนังสือ	https://1th.me/l3oLU
แนวทางการควบคุมป้องกันภาวะอ้วนในเด็กวัยเรียน	หนังสือ	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/planflat58.pdf
แนวทางการคัดกรองส่งต่อเด็กอ้วนกลุ่มเสี่ยง	หนังสือ	https://1th.me/00UYD
แนวทางการจัดการคัดค้าน้ำหนักเกินพอดี ไม่มีอ้วน	หนังสือ	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/eat_no_fat.pdf

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
หนังสือผัก ผลไม้สีรุ้ง	หนังสือ	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/rainbow_of_fruits2.pdf
คู่มือดูแลหุ่นสวยด้วยตัวเอง	หนังสือ	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/1920.pdf
เมนูไข่ สำหรับอาหารกลางวันเด็กวัยเรียน	หนังสือ	https://1th.me/wlaAm
แนวทางการจัดการอาหารกลางวันเด็กวัยเรียน เมนูอาหารจานเดียวทางเลือก	หนังสือ	https://1th.me/JXs9M
เมนูผักกึ๋นน้อย 4 ภาค	หนังสือ	https://1th.me/MIVOE
โปสเตอร์ตีมนมเจ็ด ยอดความสูง	โปสเตอร์ Infographic	http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_06.pdf
โปสเตอร์ข้อปฏิบัติวัยเรียนวัยรุ่น	โปสเตอร์ Infographic	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/pictures/FBDGs05.jpg
แผ่นพับ ผัก ผลไม้สีรุ้ง	แผ่นพับ JPG File	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/fruit_rollup58.pdf
แผ่นพับ ตีมนมเจ็ด ยอดความสูง	แผ่นพับ JPG File	https://1th.me/oG9gi
แผ่นพับ โภชนาการดี สูงดีสมส่วน	แผ่นพับ JPG File	https://1th.me/saqhd
แผ่นพับ สูงดีสมส่วน ไม่อ้วน ผอม เตี้ย	แผ่นพับ JPG File	https://1th.me/EF8hv
แผ่นพับ โตขึ้นหุ่นดี ไม่อ้วน	แผ่นพับ JPG File	https://1th.me/R02YE
Roll up อาหารเช้า อาหารสมอง	Roll up PDF File	https://1th.me/jPCF6
Roll up อ่านฉลาด อย่างฉลาด	Roll up PDF File	https://1th.me/QFwxJ
Roll up ชุดความรู้ อยากรู้สูงลองมาเกินดู	Roll up PDF File	http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/file/student_slim_rollup58.pdf
Roll up ชุดความรู้ สูงดีสมส่วน	Roll up PDF File	https://1th.me/l9GJz
	Roll up PDF File	https://1th.me/3Ll6o
	Roll up PDF File	https://1th.me/3rXam
	Roll up PDF File	https://1th.me/jeadc

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
Roll up มาตรฐานการจัดอาหารกลางวันต่อสัปดาห์	Roll up PDF File	http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_05.pdf
Roll up ดื่มนมจัด ยืดความสูง	Roll up PDF File	https://1th.me/PZlhw
Roll up กินไข่ทุกวัน กินได้ทุกวัน	Roll up PDF File	https://1th.me/2jc7u
Roll up 60 นาที กระโดดโลดเต้น เล่นสนุก	Roll up PDF File	https://1th.me/3JO1T
นิทรรศการกินอาหารตามปริมาณที่แนะนำ ใน 1 วัน เด็กวัยเรียนสูงสุดส่วน ไม่อ้วน ผอม เตี้ย	PDF File	https://1th.me/rbAgp
นิทรรศการยมนชุดความรู้ NuPETHS	PDF File	https://1th.me/Ou7E2
นิทรรศการภาวะทุพโภชนาการเด็กวัยเรียน	PDF File	https://1th.me/c134e
Backdrop ทำอย่างนี้ สูงดีสมส่วน	PDF File	http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_02.pdf
Backdrop การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ	PDF File	http://nutrition.anamai.moph.go.th/download/2563/nutrition_media_01.pdf
Xstand Nupeths นม ไข่ ผัก	PDF File	https://1th.me/eTHEm
Xstand Nupeths นมสด	PDF File	https://1th.me/LwYs
ทัศนศึกษา		
มารู้จักฟาร์มกันเถอะ	แผ่นพับ	สำนักงานสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข https://is.gd/EkU4Fx
มาแปร่งฟาร์มกันเถอะ	VDO Clip	https://is.gd/Uncyg5 https://is.gd/vwqpmu
การดูแลทำความสะอาดช่องปาก	VDO Clip	https://is.gd/OY92IE
ถ้าเกิดอุบัติเหตุจุดไหนให้หยุด ควรทำยังไงดี?	VDO Clip	https://is.gd/Rz7eKV

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
พินสมบัติน้ำคำ	VDO Clip	https://is.gd/jqUZns
หนูจะกินอะไรดี	นิทาน	https://is.gd/CcKHuB
อย่าลืมแปรงฟันก่อนนอน	นิทาน	https://is.gd/19oJ3F
นมดีดอ้อยจัง	นิทาน	https://is.gd/5oTred
เกิดอุบัติเหตุจนฟันเสียหาย ดูแลได้มั้ย?	Infographic	https://is.gd/RRAHKp
ชุดความรู้ส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	Infographic	https://is.gd/EkU4Fx
รู้ทันน้ำตาลแฝง	Infographic	https://is.gd/qp7d2
น้ำตาลศัตรูร้ายทำลายฟัน	Infographic	https://is.gd/bXaXQG
ความรู้พื้นฐานเรื่องการดูแลสุขภาพช่องปาก	Infographic	https://is.gd/ETurA3
ฟันดีสุขภาพดี	Infographic	https://is.gd/VQ6v1E
แปรงดี ฟันดี	Infographic	https://is.gd/EkU4Fx
การใช้ยาสีฟันในเด็ก	Infographic	https://is.gd/jehSHu
การแปรงสีฟันที่ถูกต้อง	Infographic	https://is.gd/zGJw6p
อ่านก่อนซื้อ คัดก่อนใช้ คนไทยสุขภาพดี	Infographic	https://is.gd/qDVLN1

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
ชุดความรู้ส่งเสริมสุขภาพช่องปากเด็กวัยเรียน จำนวน 7 เรื่อง 1. มารูจักฟัน สมบัติอันล้ำค่ากันเถอะ 2. 222 รหัสลับฟันดี 3. แปรงดี ฟันดี 4. แปรงฟันถูกวิธี ฟันดีไม่มีผุ 5. มาตรวจว่าฉันแปรงฟันสะอาดหรือยังนะ? 6. น้ำตาลศัตรูร้ายทำลายฟัน 7. จัดฟันแฟชั่น สวยหรือเสี่ยง	Infographic	https://is.gd/EkU4Fx
ชุดชั่วโมงฟันดี ตอน โรคฟันผุ	VDO Clip	https://is.gd/EOArUT
ชุดชั่วโมงฟันดี ตอน โรคเหงือกอักเสบ	VDO Clip	https://is.gd/WuuGxL
สูตรลับฟันดีสุขภาพดี 2-2-2	VDO Clip	https://is.gd/mOOZdC
การดูแลสุขภาพสะอาดช่องปาก	VDO Clip	https://is.gd/OY92IE
วิธีใช้ความสะอาดของฟัน	VDO Clip	https://is.gd/gWsaK
ต้องไปหาหมอฟันทุก 6 เดือนไหม	Infographic	https://is.gd/hXQCL0
จัดฟันแฟชั่น สวยหรือเสี่ยง	Infographic	https://is.gd/EkU4Fx
เกิดอุบัติเหตุจนฟันเสียหาย รักษาได้ไหม	Infographic	https://is.gd/RRAHKp
ถ้าเกิดอุบัติเหตุจนฟันแท้หลุด ควรทำยังไงดี?	VDO Clip	https://is.gd/Rz7eKV
ชุดเรียนรู้กลางเพื่อเด็กไทยมีโภชนาการสมวัยเรื่องสุขภาพ	ชุดการเรียนรู้	https://is.gd/9oS7JS
ช่องปากบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์		

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
ชุดเรียนรู้กลางเพื่อเด็กไทยมีโภชนาการสมวัยเรื่องสุขภาพช่องปากบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา	Infographic	https://is.gd/RRAHKp
ชุดเรียนรู้กลางเพื่อเด็กไทยมีโภชนาการสมวัยเรื่องสุขภาพช่องปากบูรณาการกับกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ	ชุดการเรียนรู้	https://is.gd/nWeaZk
คู่มือเทคนิคการสอนทักษะสุขศึกษาอย่างง่ายโดยใช้ละครเป็นสื่อ	VDO Clip	https://is.gd/OY92IE
อุบัติเหตุจากฟัน ช่วงชั้นที่ 1 และช่วงชั้นที่ 2	VDO Clip	ภาควิชาทันตกรรมชุมชน คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย https://is.gd/RyLdw
ภาพวาดระบายสีทะเลสมิติ (AR) เพื่อเสริมสร้างจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ เรื่องสุขภาพช่องปาก	Infographic	คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ https://is.gd/RRAHKp
รวมช่องทางสื่อ Social Media ในการดูแลสุขภาพช่องปาก	VDO Clip	คณะทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ https://is.gd/OY92IE
สรุปบัญญัติ 10 ประการ		
สื่อบัญญัติสุขภาพ	Infographic	กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข https://is.gd/akITQy
สื่อบัญญัติ 10 ประการ	ชุดความรู้	https://bit.ly/2V2gITd
การป้องกันการจมน้ำ และการบาดเจ็บอื่นๆ		
อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม	VDO Clip	กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุข https://is.gd/XMLI11

ชื่อเรื่อง	ประเภทสื่อ	ช่องทางสนับสนุน (Link)
อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม	Infographic	https://is.gd/Wc0b6r
การป้องกันอาการงูในเด็กโต	VDO Clip	https://is.gd/1GQqdA
คนตกน้ำ จมน้ำ การช่วยเหลือ และการปฐมพยาบาล “ตะโกน โยน ยื่น”	Infographic	https://is.gd/FK3xr0
ภูมิความรู้ปลอดภัยทางน้ำ	Infographic	https://is.gd/IA83qG
การใช้ชูชีพ กับเสื้อชูชีพ	Infographic	https://is.gd/CVvm4f
เด็กจมน้ำ มหันตภัยเงียบ	Infographic	https://is.gd/gUT3oe
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากแหล่งน้ำ	Infographic	https://is.gd/94vzju
อุปกรณ์ส่งเสริมความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บ	Infographic	https://is.gd/KxNDiL
การบาดเจ็บในเด็ก	Infographic	https://is.gd/9GYWDH
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากข้อศอกเพื่อการเกษตร คลอง แม่น้ำ เขื่อน น้ำตก	Infographic	https://is.gd/0QeXtR
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากแหล่งน้ำรอบๆ บ้าน	Infographic	https://is.gd/EKU4Fx
ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยสำหรับสระว่ายน้ำ (สระว่ายน้ำ ไม่ควรมีคนจมน้ำ)	VDO Clip	https://is.gd/Rz7eKV
การปฐมพยาบาลคนตกน้ำ จมน้ำ	Infographic	https://is.gd/C8GSH5
การปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำ (สำหรับประชาชน)	VDO Clip	https://is.gd/5m5BaG
ของเล่นเด็กอันตรายไม่ใช่เล่น	Infographic	https://is.gd/VtpfNK
อันตรายจากบันไดเลื่อน	Infographic	https://is.gd/OjuF92
ระมัดระวังอันตรายจากลูกโป่งอัดไฮโดรเจน	Infographic	https://is.gd/cpH5qi
เตือนภัยแก๊สพิษ	Infographic	https://is.gd/WsasMy

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
- 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
- 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
- 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
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2563). คำแนะนำในการทำความสะอาดสระว่ายน้ำเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้น 12 พฤษภาคม 2563, จาก 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

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
- 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: โรงพิมพ์
องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.).
- สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย. (2557). คู่มือวิชาการสุขาภิบาลอาหารสำหรับเจ้าหน้าที่
(พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย. (2563). คู่มือมาตรการและแนวทางในการดูแลด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม
ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 (COVID 19). กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อและ
สิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- องค์การยูนิเซฟ, องค์การอนามัยโลก, และองค์การกาชาด. (2563). การตีตราทางสังคมที่เกี่ยวกับ 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 เพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่
ระบาดของโรคโควิด-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
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
 ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
 โทรศัพท์.....

เกณฑ์การประเมิน

ข้อ	ประเด็น	มี	ไม่มี	หมายเหตุ
มิติที่ 1 ความปลอดภัยจากการลดการแพร่เชื้อโรค				
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			
4	มีการจัดเตรียมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย สำรองไว้ให้กับนักเรียน ร้องขอ หรือผู้ที่ไม่มีหน้ากากเข้ามาในสถานศึกษา หรือไม่			
5	มีจุดล้างมือด้วยสบู่ อย่างเพียงพอ หรือไม่			
6	มีการจัดวางเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ บริเวณทางเข้า อาคารเรียน หน้าประตูห้องเรียน ทางเข้าโรงอาหาร อย่างเพียงพอ หรือไม่			
7	มีการจัดโต๊ะเรียน เก้าอี้นักเรียน ที่นั่งในโรงอาหาร ที่นั่งพัก โดยจัดเว้น ระยะห่างระหว่างกัน อย่างน้อย 1-2 เมตร (ยึดหลัก Social distancing) หรือไม่			
8	มีการทำสัญลักษณ์แสดงจุดตำแหน่งชัดเจนในการจัดเว้นระยะห่าง ระหว่างกัน หรือไม่			
9	กรณีห้องเรียนไม่สามารถจัดเว้นระยะห่างตามที่กำหนดได้ มีการการสลับ วันเรียนแต่ละชั้นเรียน หรือมีการแบ่งจำนวนนักเรียน 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			
13	มีการปรับปรุงซ่อมแซมประตู หน้าต่าง และพัดลมของห้องเรียน ให้มี สภาพการใช้งานได้ดี สำหรับใช้ปิด - เปิดให้อากาศถ่ายเทสะดวก หรือไม่			

ข้อ	ประเด็น	มี	ไม่มี	หมายเหตุ
14	มีการแบ่งกลุ่มย่อยนักเรียนในห้องเรียนในการทำกิจกรรม หรือไม่			
15	มีการปรับลดเวลาในการทำกิจกรรมประชาสัมพันธ์ ภายหลังการเข้าแถวเคารพธงชาติหน้าเสาธง หรือไม่			
16	มีการจัดเลื่อมเวลาทำกิจกรรมนักเรียน เลื่อมเวลากินอาหารกลางวัน หรือไม่			
17	มีมาตรการให้เว้นระยะห่างการเข้าแถวทำกิจกรรม หรือไม่			
18	มีการกำหนดให้ใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช่สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ช้อน ส้อม แปรงสีฟัน ยาสีฟัน ผ้าเช็ดหน้า หรือไม่			
19	มีห้องพยาบาลหรือพื้นที่สำหรับแยกผู้มีอาการเสี่ยงทางระบบทางเดินหายใจ หรือไม่			
20	มีนักเรียนแกนนำด้านสุขภาพ จิตอาสา เป็นอาสาสมัคร ในการช่วยดูแลสุขภาพเพื่อนนักเรียนด้วยกันหรือดูแลรุ่นน้อง หรือไม่			
มิติที่ 2 การเรียนรู้				
21	มีการติบัยประชาสัมพันธ์แนะนำการปฏิบัติเพื่อสุขอนามัยที่ดี 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	มีการใช้สื่อหรือรู้ด้านสุขภาพผ่านช่องทาง Social media เช่น Website , Facebook , Line , QR Code , E-mail หรือไม่			
มิติที่ 3 การครอบคลุมถึงเด็กด้อยโอกาส				
25	มีการเตรียมหน้ากากผ้า สำรองสำหรับเด็กเล็ก หรือไม่			
26	มีการปรับรูปแบบการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับบริบทการเข้าถึงการเรียนรู้ในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด 19 หรือไม่			
27	มีมาตรการส่งเสริมให้นักเรียนได้รับการสุขภาพขั้นพื้นฐานอย่างทั่วถึง หรือไม่			
28	มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมของที่พักและเรือนนอนให้ถูกสุขลักษณะ พร้อมมีตารางเวรทุกวัน หรือไม่ (กรณีมีที่พักและเรือนนอน)			
29	มีมาตรการการทำความสะอาดและจัดสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับข้อบัญญัติการปฏิบัติด้านศาสนา พร้อมมีตารางเวรทุกวัน หรือไม่ (กรณีมีสถานที่ปฏิบัติศาสนา)			

ข้อ	ประเด็น	มี	ไม่มี	หมายเหตุ
30	มีมาตรการดูแลนักเรียนที่มีความบกพร่องด้านพัฒนาการ การเรียนรู้ หรือด้านพฤติกรรมอารมณ์ รวมถึงภาวะสมาธิสั้น และเด็กออทิสติก ที่สามารถเรียนร่วมกับเด็กปกติ หรือไม่			
มิติที่ 4 สวัสดิภาพและการคุ้มครอง				
31	มีการจัดเตรียมแผนรองรับการจัดการเรียนการสอนสำหรับนักเรียนป่วย กักตัว 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			
มิติที่ 5 นโยบาย				
36	มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์ความรู้การป้องกันโรคโควิด 19 แก่นักเรียน ครู บุคลากร และผู้ปกครอง โดยการประชุมชี้แจงหรือผ่านช่องทางต่าง ๆ อย่างน้อย 1 ครั้ง ก่อนหรือวันแรกของการเปิดเรียน หรือไม่			
37	มีนโยบายและแนวทางการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ของสถานศึกษา อย่างเป็นลายลักษณ์หรือมีหลักฐานชัดเจน หรือไม่			
38	มีการประชุมคณะกรรมการสถานศึกษา หรือไม่			
39	มีการแต่งตั้งคณะทำงานป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และกำหนดบทบาทหน้าที่อย่างชัดเจน หรือไม่			
40	มีมาตรการจัดการความสะอาดบนรถรับ-ส่งนักเรียน เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล จัดที่นั่งบนรถหรือมีสัญลักษณ์จุดตำแหน่งชัดเจน หรือไม่ (กรณีมีรถรับส่งนักเรียน)			
มิติที่ 6 การบริหารการเงิน				
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 13 - 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 : สถานศึกษาประเมินตนเองผ่านระบบออนไลน์ตามลิงก์ <https://stopcovid.anamai.moph.go.th/>

แบบประเมินตนเองสำหรับนักเรียนในการเตรียมความพร้อมก่อนเปิดภาคเรียน เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

ชื่อ-นามสกุล.....ระดับชั้น.....

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

สถานศึกษา

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ ใน ○ ตามความจริง

1. ปัจจุบันนักเรียนอายุเท่าไร

- ☐ 6 ปี ☐ 7 ปี ☐ 8 ปี ☐ 9 ปี ☐ 10 ปี
☐ 11 ปี ☐ 12 ปี ☐ 13 ปี ☐ 14 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 เหงิง
☐ 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 ☐ เฟสบุ๊ก ☐ ไลน์ ☐ ยูทูบ
☐ ทวิเตอร์ ☐ โทรศัพท์ ☐ วิทยุ ☐ ไปสเตอร์
☐ หนังสือพิมพ์ ☐ อื่นๆ ระบุ.....

12. การปฏิบัติตัวของนักเรียนในขณะที่อยู่ที่บ้านหรือออกนอกบ้าน (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 แก้วน้ำ ก๊อกน้ำ	☐	☐	☐
11. เปิดประตูและหน้าต่างให้อากาศถ่ายเท แสงสว่างเข้าถึงทุกวัน	☐	☐	☐
12. ระหว่างเล่น เอามือมาจับหรือสัมผัสใบหน้า 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. ทำให้เพื่อนที่มีอาการหรือเกี่ยวข้องกับผู้ที่ติดเชื้อโควิด 19 รู้สึกอับอาย	☐	☐	☐
20. คุยกับคนในครอบครัวหรือเพื่อน ๆ เกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19	☐	☐	☐

การจัดการเรียนการสอนช่วงเปิดภาคเรียนของกระทรวงศึกษาธิการ รองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

แนวทางการเปิด - ปิดภาคเรียน ในสถานการณ์ฉุกเฉิน

MOE
กระทรวงศึกษาธิการ
Ministry of Education

"เพิ่ม"

เวลาพัก 54 วัน*

	ระยะเวลา เปิดภาคเรียน	จำนวน วันเรียน	จำนวน วันปิดภาคเรียน
ภาคเรียนที่ 1/2563	1 ก.ค. 63 - 13 พ.ย. 63	93 วัน	17 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	37 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
เรียนที่บ้าน 	อนุบาล 1-3 08.30-11.00 น.	50 นาที เรียนทางไกล ผ่านดาวเทียม DITV	10 นาที ครูสื่อสารผ่าน ผู้ปกครองนักเรียน
	ประถมศึกษาปีที่ 1-6 08.30-14.30 น.	50 นาที เรียนทางไกล ผ่านดาวเทียม DITV	10 นาที ครูสื่อสารผ่าน ผู้ปกครอง นักเรียนโดยตรง
	มัธยมศึกษาปีที่ 1-3 08.30-14.30 น.	50 นาที เรียนทางไกล ผ่านดาวเทียม DITV	10 นาที ครูสื่อสารผ่าน นักเรียนโดยตรง
	มัธยมศึกษาปีที่ 4-6 08.30-14.30 น.	30 นาที การเรียนทางไกล ผ่านดาวเทียม (สื่อ คมข)	20 นาที เรียนด้วย คลิปประจำวิชา Tutor: ดีวีดี, com
เรียนที่ โรงเรียน หรือชุมชน	สำหรับนักเรียนทุกชั้นเรียน ในชุมชนพื้นที่ปลอดภัย ภายใต้ พรก.ฉุกเฉิน 1. ลดพื้นที่การศึกษาร่วมกันหรือเรียนจัดสถานที่เรียน 2. มีการสวมหน้ากากอนามัย, แยกกลุ่มเล็ก กลุ่มย่อย 3. ครูและนักเรียนจัดการเรียนการสอนที่เน้นทักษะหรือชุมชน 4. โรงเรียนจะระดมเจ้าหน้าที่และอาสาสมัครครูผู้ช่วยที่ กระทรวงศึกษาธิการ อนุมัติ ให้จัดไว้		

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

“โรงเรียนอาจหยุดได้ แต่การเรียนรู้หยุดไม่ได้”

ณัฐพล ทีปสุวรรณ รรมว.ศธ.



แนวทางการเปิด-ปิดภาคเรียน

ในสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

หลักการ หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2560 และหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 กำหนดกรอบโครงสร้างเวลาเรียน ดังนี้

	อ.ว.บ.บ./ปี	ชม. วิชาพื้นฐาน/ปี	ชม. วิชาเพิ่มเติม/ปี	ชม. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน/ปี	เวลาเรียน/วัน
อนุบาล	โครงสร้างเวลาในการจัดประสบการณ์ให้กับเด็ก โดยประมาณ มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่า 180 วัน/ปี				
ประถมศึกษา	ไม่น้อยกว่า 1,000 ชม.	840 ชม.	ไม่น้อยกว่า 40 ชม.	120 ชม.	ไม่เกิน 5 ชม.
มัธยมศึกษาตอนต้น	ไม่น้อยกว่า 1,200 ชม.	ไม่เกิน 880 ชม.	ไม่เกิน 200 ชม.	120 ชม.	ไม่เกิน 6 ชม.
มัธยมศึกษาตอนปลาย	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 1/2563

ระยะเวลาเปิดภาคเรียน

1 ก.ค. - 13 พ.ย. 63

จำนวนวันเรียน

93 วัน

จำนวนวันปิดภาคเรียน

(14 - 30 พ.ย. 63)

17 วัน

หมายเหตุ เวลาที่ขาดไป 7 วัน ให้สถานศึกษาสอนชดเชย เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนครบตามหลักสูตร

ภาคเรียนที่ 2/2563

1 ธ.ค. 63 - 9 เม.ย. 64

88 วัน

(10 เม.ย. - 16 พ.ค. 64)

37 วัน

หมายเหตุ 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
 - ครูมอบหมายให้นักเรียนเรียนรู้โดยมีใบงาน , เรียนรู้จากสถานการณ์จริง , การส่งเสริมการอ่าน ฯลฯ
 - การสอนตามแนวทาง Flipped Classroom
 - **เรียนผ่านออนไลน์**
 - จัดการเรียนการสอนผ่านออนไลน์
 - เลือกใช้สื่อออนไลน์และสาระการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย เนื้อหา และวัตถุประสงค์ที่ต้องการให้เด็กเรียนรู้
 - นับชั่วโมงการเรียนรู้ได้

“เพิ่ม” เวลาพัก

“ลด” ประเมิน

“งด” กิจกรรมที่ไม่จำเป็น

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการ



แนวปฏิบัติตามแนวทางองค์การอนามัยโลก (WHO) และบทเรียนแนวปฏิบัติช่วงเปิดเรียนในต่างประเทศรองรับสถานการณ์โรคโควิด 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 ๆ

ความร่วมมือระหว่างสถานศึกษาและชุมชนที่ครอบคลุมทั่วถึง เป็นสิ่งจำเป็นต่อการพัฒนาและดำเนินมาตรการต่าง ๆ ที่จำเป็น สิ่งสำคัญ คือ จะต้องมีความยืดหยุ่นและสามารถปรับเปลี่ยนแนวปฏิบัติตามความจำเป็น พร้อมทั้งมีการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนแนวปฏิบัติที่ดี

การปิดสถานศึกษาไปอย่างสิ้นเชิง โดยไม่ได้จัดให้มีการเรียนการสอนทางไกลที่เหมาะสมกับบริบทและกลยุทธ์ในการลดผลกระทบ อาจไม่ใช่ทางออกที่ดีที่สุด หรือทางออกเดียวที่ทำได้ และควรเป็นสิ่งที่จะนำมาพิจารณาก็ต่อเมื่อไม่มีทางเลือกอื่นแล้วเท่านั้น

องค์การอนามัยโลกเสนอข้อพิจารณาเหล่านี้ เพื่อช่วยสนับสนุนการจัดทำนโยบายและช่วยเหลือผู้มีอำนาจตัดสินใจ สถาบันการศึกษา และผู้ดูแลในการหาแสงสว่างที่ดีที่สุดสำหรับบุตรหลาน นักเรียน และชุมชนในสถานการณ์ที่ท้าทายนี้

บทเรียนแนวปฏิบัติช่วงปิดเรียนในต่างประเทศรองรับสถานการณ์โรคโควิด 19

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
เดนมาร์ก (Denmark)	- ใช้วิธีค่อย ๆ เปิด โรงเรียน โดย ระยะแรกให้เด็กเล็ก ก่อน เพื่อลดภาระการ ดูแลของผู้ปกครอง และเพื่อให้ผู้ปกครอง สามารถกลับไปทำงาน ได้ ดังนี้ 15 เมษายน โรงเรียนเปิดสำหรับ นักเรียนอนุบาลและ เด็กเล็กอายุไม่เกิน 11 ปี 18 พฤษภาคม โรงเรียนเปิดสำหรับ เด็กอายุมากกว่า 11 ปี	- มีการหารือร่วมกันระหว่าง กระทรวงศึกษาธิการ หน่วยงาน ของรู้ด้านสาธารณสุข และ สหภาพครู เพื่อกำหนดมาตรการ ความปลอดภัยในโรงเรียน ร่วมกัน - หน่วยงานด้านโรคติดต่อของ เดนมาร์ก (Statens Serum Institut - SSI) สร้างแบบจำลอง โดยตั้งสมมติฐานว่าเด็กสามารถ แพร่เชื้อได้ในอัตราเดียวกันกับ ผู้ใหญ่ และเด็กไม่มีความสามารถ ที่จะรักษาระยะห่างได้ และให้ ข้อสรุปว่าแม้ว่าอัตราการแพร่ เชื้อ (RO) จะเพิ่มขึ้นหลังเปิด โรงเรียนแต่จะทำให้ผู้ป่วย รุนแรงสูงสุดเพียง 264 รายใน ห้องผู้ป่วยวิกฤติในช่วงเวลาใด เวลาหนึ่ง - โรงเรียนและองค์กรส่วนท้องถิ่น	- ใช้มาตรการแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ย่อยจนถึงสามกลุ่มเพื่อให้ สามารถรักษาระยะห่างได้ และ ไม่ให้เด็กแต่ละกลุ่มสัมผัสหรือ ปะปนกัน ครูจำเป็นต้องบริหารจัดการ เวลาในการสอนหรือจัดจำนวน ครูเพิ่มขึ้น - จัดให้นักเรียนให้วันระยะห่าง 6 ฟุต - จัดให้มีจุดล้างมือนอกอาคารเรียน และเน้นให้นักเรียนล้างมือบ่อย ๆ (ทุก ๆ หนึ่งชั่วโมง) - สอนให้เด็กเฝ้าระวังใส่หน้ากาก ด้านใน - สอนไม่ให้เด็กกอดกันหรือสัมผัส ตัวกัน - เพิ่มการเรียนการสอนในที่โล่ง นอกห้องเรียน - ปิดสนามเด็กเล่น หรือ จำกัด จำนวนเด็กในสนามเด็กเล่น และ จำนวนเด็กในสถานเด็กเล่น และ school-buildings-1	https://politi.dk/en/coronavirus-in-denmark/latest-news-and-hotlines/agreement-on-phase-two-of-the-controlled-reopening https://www.theguardian.com/education/2020/may/17/denmark-can-teach-england-safe-reopening-of-schools-covid-19 https://www.bbc.com/news/av/world-europe-52649919/coronavirus-inside-a-reopened-primary-school-in-the-time-of-covid-19?SThisFB 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

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
สาธารณรัฐประชาชนจีน (The Republic of China)	- แต่ละมณฑลเปิดไม่พร้อมกัน ในภาพรวมจะเปิดให้เด็กโตกลับมาเรียนก่อนเด็กเล็ก โดยเรียงลำดับจากชั้นมัธยมปลาย มัธยมต้น ประถม และอนุบาลและในบางเมืองที่ยังพบผู้ติดเชื้อ	สามารถกำหนดรายละเอียดมาตรการต่าง ๆ ที่สามารถทำได้จริง และยังคงสอดคล้องกับแนวทางการป้องกันด้านสาธารณสุข <u>เมืองปักกิ่ง</u> - โรงเรียนมัธยมปลายทั้ง 254 โรงเรียนเมืองปักกิ่งทำความสะดวกสบายเพื่อเปิดเรียน - จัดเตรียมหน้ากากอนามัยจำนวน 2.35 ล้านชิ้น <u>มณฑลซานตง</u> - ตรวจสอบความพร้อมของโรงเรียนเป็นเวลา 10 วันต่อเนื่องและกำหนดวันสอบ รวมถึงการ	ไม่เล่นแบบที่ต้องสัมผัสตัวกัน เช่น ไม่เล่นวิ่งไล่จับ และให้เล่นตัวยี่สิบอื่นที่ไม่ต้องสัมผัสกัน เช่น ห่วงฮูลูฮูป - มีประตูทางเข้าโรงเรียนหลายทาง เพื่อลดความแออัด และไม่อนุญาตให้ผู้ปกครองเข้ามาในบริเวณโรงเรียน - มีการติดตามประเมินผลก่อนอนุญาตให้เปิดโรงเรียนระยะที่ 2 สำหรับเด็กโต - วัตถุประสงค์หลักของนักเรียนก่อนเข้าโรงเรียน หากมีไข้ให้นักเรียนกลับบ้าน - ให้นักเรียนสวมหน้ากากอนามัย - บางโรงเรียนจัดให้มีห้องสำหรับักแยกนักเรียนที่มีไข้ - รัฐบาลกำกับติดตามและประเมินสถานการณ์หลังเปิดโรงเรียนขึ้นมัธยม ก่อนที่จะอนุญาตให้นักเรียนระดับประถมศึกษากลับมา	WHO China Country Office ข้อมูล ณ วันที่ 5 พ.ค.63 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

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	รายละเอียดเลือกการเปิดโรงเรียนไปก่อน เช่น เมืองปักกิ่ง : ระดับชั้นมัธยมปลายเปิดเรียนวันที่ 27 เม.ย. ชั้นมัธยมต้นเปิดวันที่ 11 พ.ค. มณฑลอานฮุย : ระดับชั้นมัธยมปลายเปิดเรียนวันที่ 7 เม.ย. ชั้นมัธยมต้นวันที่ 13 เม.ย. ส่วนระดับชั้นอื่น ๆ เปิดวันที่ 20 เม.ย. เมืองฮาร์บินและเมืองเจียวโจว เลื่อนเปิดโรงเรียนออกไปเพราะพบผู้ติดเชื้อที่เข้ามาจากต่างพื้นที่	สอบเข้ามหาวิทยาลัย - จัดทำแนวปฏิบัติเมื่อนักเรียนเป็นไข้ เพื่อเป็นแนวทางให้แก่โรงเรียน คลินิกใช้หวัด และสถานพยาบาล <u>มณฑลหูหนานและมณฑลเสฉวน</u> - ไม่อนุญาตให้โรงเรียนพิเศษเปิดสอนก่อนที่โรงเรียนต่าง ๆ จะเปิด	เรียนได้	

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
ญี่ปุ่น (Japan)	- ทอยเปิดตามแต่สถานการณ์การระบาดในแต่ละพื้นที่ โดยนับตั้งแต่เริ่มโดยนั้นเปิดเรียนสำหรับแต่ละปีตั้งแต่ปี 1 และประมาณปี 6 เนื่องจากเป็นนักเรียนปีแรกหรือปีสุดท้ายของช่วงชั้น และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นชั้นปีที่ 3 เพราะต้องเตรียมตัวสอบเข้า มัธยมศึกษาตอนปลาย รวมถึงนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายปีสุดท้ายที่จำเป็นต้องเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัยหรือทำงานทำ โดยจังหวัดอาโอโมริและจังหวัดโตเกียวเปิดเรียนก่อนจังหวัดอื่น ๆ ไปเมื่อวันที่ 7 พฤษภาคม	- วันที่ 24 มีนาคม กระทรวงศึกษาธิการประกาศแนวทางสำหรับการเปิดเรียนและต่อมาได้แบ่งโรงเรียนออกเป็น 3 กลุ่มตามระดับการระบาดของโรคในพื้นที่ ได้แก่ - พื้นที่ที่ยังมีการแพร่กระจายเชื้อ - พื้นที่ที่มีผู้ป่วยยืนยัน - พื้นที่ที่ไม่มีผู้ป่วยยืนยัน อนุญาตให้เฉพาะโรงเรียนในพื้นที่ประเภทที่ 2 และ 3 สามารถเปิดได้	- จัดการเรียนการสอนเป็นกลุ่มเล็ก โดยใช้ห้องเรียนหลายห้องเพื่อให้สามารถรักษาระยะห่างได้ - ให้นักเรียนสวมหน้ากากอนามัย - วัดอุณหภูมิร่างกายของนักเรียนก่อนเข้าโรงเรียน หากมีไข้ให้นักเรียนกลับบ้าน - จัดการระบายอากาศในห้องเรียน - จัดอาหารกลางวันแบบอาหารกล่องให้นักเรียนแต่ละคน - หลีกเลี่ยงการเล่นกีฬาแบบเป็นกลุ่ม	https://english.kyodonews.net/news/2020/04/95a68588ba74-many-schools-in-japan-reopen-after-month-long-coronavirus-shutdown.html https://www.japantimes.co.jp/news/2020/05/02/national/japan-schools-partial-reopening-coronavirus/#:XsEvMfgzblU https://www.japantimes.co.jp/news/2020/05/07/national/schools-reopening-coronavirus/#:XsExU_gzblU

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
สวิตเซอร์แลนด์ (Switzerland)	11 พฤษภาคม	- รัฐบาลประกาศแผนล่วงหน้าในวันที่ 16 เมษายน อนุญาตให้โรงเรียนเตรียมเปิดการเรียนการสอน • ทำความเข้าใจเกี่ยวกับผลกระทบของโรคโควิด 19 ในเด็ก • ตระหนักว่าเด็กที่โตกว่ามีความสามารถที่จะปฏิบัติตามมาตรการได้มากกว่าเด็กเล็ก • ตระหนักถึงความจำเป็นในการค้นหาผู้สัมผัสหากมีการติดเชื้อรายใหม่ในโรงเรียน - ส่วนกลางประสานกับรัฐต่างๆ เพื่อสื่อสารทำความเข้าใจเรื่องหลักการของการเปิดโรงเรียนได้แก่	มาตรการแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มเล็ก - มีเป้าหมายเพื่อประหยัดเวลาและสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยแก่ครูและนักเรียน - แบ่งนักเรียนระดับประถมศึกษาออกเป็นสองกลุ่มย่อย และสลับกันไปโรงเรียน - แบ่งกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษาให้บางส่วนกลับไปเรียนและบางส่วนเรียนด้วยระบบการเรียนการสอนทางไกล มาตรการรักษาความสะอาดมือ - เมื่อนักเรียนมาถึงโรงเรียน - หลังพักเบรกเข้าและบ่าย - ในกรณีที่ไม่มีอ่างล้างมือ จัดเจลแอลกอฮอล์ให้นักเรียนใช้ โดยมีผู้ใหญ่ออกกำกับดูแล	WHO-UNICEF webinar วันที่ 13 พ.ค.

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	1) สิ่งสำคัญลำดับแรก (first priority) คือสุขภาพของนักเรียน ครู และบุคลากรในโรงเรียน 2) การเปิดโรงเรียนเป็นข้อดีสำหรับการเรียนการสอน 3) การเปิดโรงเรียนทำให้สามารถเตรียมความพร้อมสำหรับปีต่อไป - สื่อสารเป้าหมายของการสอนกล่าวคือ 1) เพื่อสร้างความผูกพันทางสังคมขึ้นอีกครั้ง 2) เพื่อสนับสนุนโอกาสที่เท่าเทียมกันสำหรับทุกคน 3) เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่เด็กนักเรียนกลุ่มเปราะบาง 4) เพื่อประยุกต์แผนการเรียนการสอน 5) เพื่อเตรียมการสำหรับปีการศึกษาต่อไป	<u>มาตรการรักษาระยะห่าง</u> - ไม่มีกฎระหว่างเด็กด้วยกัน แต่จัดโต๊ะเรียนให้ห่างและมีข้อแนะนำให้ไม่จับมือกัน ให้หลีกเลี่ยงการชนข้อศอก ไม่จูบหรือกอดกัน และให้เล่นเกมสื่อกีฬาที่ไม่ต้องสัมผัสตัวกัน - รักษาระยะห่าง 2 เมตร - ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ - รักษาระยะห่าง 2 เมตร - ระหว่างผู้ใหญ่กับผู้ใหญ่ <u>มาตรการสุขอนามัยระบบทางเดินหายใจ</u> - สอนให้ไอและจามใส่กระดาษทิชชูหรือข้อพับแขนด้านใน <u>มาตรการปกป้องครูและบุคลากรในโรงเรียน</u> - ติดตั้งแผงพลาสติกกันที่เคาน์เตอร์ฝ่ายธุรการ - ติดตั้งแผงพลาสติกในห้องพักครู และให้สลับกันใช้ห้องเพื่อลดความแออัด		

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
		มีการจัดเตรียมเครื่องมือเสริมเพื่อทำให้การกลับมาโรงเรียนมีความปลอดภัยมากขึ้นและเครียดน้อยลง และส่งเสริมทัศนคติที่ดีต่อกัน โดยทำเป็นวิดีโอคลิปและวิดีโอเกมสำหรับนักเรียน ดูตัวอย่างได้ที่ www.coronaquestgame	- จัดหาหน้ากากอนามัยไว้สำหรับสถานการณ์พิเศษหรือเมื่อครูต้องการ - จัดให้มีการทยอยเข้าห้องเรียนและถึงชยยะทุกใบต้องปิดฝา - ให้นักเรียนแยกเอกสารแทนครู - ห้ามไม่ให้มีการรับประทานอาหารร่วมกันระหว่างผู้ใหญ่กับเด็ก มาตรการเกี่ยวกับช่วงเวลาพักของนักเรียน - เด็กชั้นประถมให้สลับเวลาพักเพื่อป้องกันการรวมกลุ่มใหญ่ - เด็กชั้นมัธยมให้มีการกระจายพื้นที่โรงเรียนในช่วงพักของนักเรียน โดยแบ่งตามแต่ละกลุ่มหรือชั้นเรียนเพื่อหลีกเลี่ยงการปะปนกัน	

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before re-opening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			มาตรการผู้ประกอบการและการออกจากโรงเรียน - ขอให้ผู้ประกอบการหลีกเลี่ยงการรวมตัวกันบริเวณโรงเรียน - หลีกเลี่ยงโรงเรียน ให้นักเรียนออกจากบริเวณโรงเรียนทันที มาตรการสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน - เพิ่มอ่างล้างมือหรือจุดวางเจลแอลกอฮอล์โดยมีผู้ใหญ่กำกับดูแลการใช้อย่างถูกวิธี - ทำความสะอาดฆ่าเชื้อสถานที่อย่างน้อยวันละสองครั้ง ทั้งบริเวณพื้นผิวสัมผัส โต๊ะ ลูกบิด ประตู หน้าต่าง ราวบันได ห้องน้ำ อุปกรณ์ที่ใช้ร่วมกันในห้องพักครู - มีกฎเรื่องสุขอนามัยในโรงเรียน และสำหรับนักเรียนอายุ 12 ปีขึ้นไปให้จัดกลุ่มเพื่อนกลุ่มในชั้นเรียน มาตรการโรงเรียนและรม สาธารณะ - พนักงานขับโรงเรียนทุกคนต้องใส่หน้ากากอนามัย - สำหรับสาธารณะ หากไม่	

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			สามารถเว้นระยะห่างระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ได้ ผู้ใหญ่ต้องสวมหน้ากากอนามัย มาตรการเมื่อนักเรียนมีอาการ - พานักเรียนออกจากห้องเรียน - ให้นักเรียนสวมหน้ากากอนามัย - รายงานกว่าผู้ปกครองจะมารับ - ผู้ปกครองติดต่อสายด่วนของรัฐบาลหรือกรมแพทย์ มาตรการเมื่อครูหรือบุคลากรในโรงเรียนมีอาการ - ออกจากห้องเรียน - สวมหน้ากากอนามัย - กลับบ้าน - ติดต่อแพทย์หรือสายด่วนของรัฐบาล	

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			การกำกับติดตามมาตรการในโรงเรียน - โดยฝ่ายบริหารของโรงเรียน - โดยนักเรียนรุ่นพี่ที่มีหน้าที่ตรวจตรารุ่นน้อง - โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข (โรงเรียนทำเรื่องขอ) วิธีการประเมินผลการเรียนในช่วงเปิดเรียน - ไม่มีการสอบและให้คะแนน - ให้เกรดเฉลี่ยเทอมโดยเปรียบเทียบเทียบกับเกรดก่อนหน้า ปิดโรงเรียน - หากไม่ผ่านเกณฑ์เลื่อนชั้น ให้ฝ่ายบริหารของโรงเรียนมีอำนาจในการตัดสินใจโดยพิจารณาจากสถานการณ์โดยรวมและความประพฤติของนักเรียนในช่วงหลังเปิดเรียน	

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 เกาหลีใต้มีรายงานผู้ป่วยยืนยันจำนวน 11,142 ราย ผู้เสียชีวิตจำนวน 264 ราย ปัจจุบันมากกว่าร้อยละ 90 ของผู้ป่วยโควิด 19 รักษาหายแล้ว ที่ผ่านมายังไม่มีการรายงานการเสียชีวิตด้วยโรคโควิด 19 ในประชากรอายุน้อยกว่า 29 ปี และไม่มีรายงานผู้ติดเชื้อในกลุ่มเด็ก อย่างไรก็ตาม พบว่ามากกว่าร้อยละ 40 ของผู้ป่วยยืนยันที่ตรวจพบตั้งแต่วันที่ 6 พฤษภาคมเป็นต้นมาเป็นผู้ป่วยอายุต่ำกว่า 20 ปี - หลังจากเกาหลีใต้ใช้มาตรการเข้มงวดในการรักษาระยะห่างทางสังคมตั้งแต่วันที่ 22	การเปิดโรงเรียนอีกครั้ง (schools reopening) -ปกติโรงเรียนจะเปิดเทอมช่วงต้นเดือนมีนาคม แต่เนื่องจากการระบาดของโรคโควิด 19 ทำให้โรงเรียนต้องปิด และมีการสอนออนไลน์ให้นักเรียนตั้งแต่ต้นเดือนเมษายน -เกาหลีใต้มีแผนเปิดโรงเรียนอีกครั้งในวันที่ 13 พฤษภาคม แต่หลังจากมีการรายงานผู้ติดเชื้อเป็นกลุ่มก้อนในย่านสถาบันบันเทิงในกรุงโซลช่วงต้นเดือนพฤษภาคม และพบผู้ติดเชื้อที่เป็นครูและนักเรียนด้วย จึงเลื่อนเปิดโรงเรียนออกไปอีกหนึ่งอาทิตย์จนถึงวันที่ 20 พฤษภาคม -ครูและนักเรียนทุกคนที่ไปที่ยานสถาบันบันเทิงในระหว่างวันที่ 24 เมษายน ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม ต้องแยกกักตนเองและเข้ารับการตรวจ	ผลของการเปิดโรงเรียนอีกครั้ง (Outcome of schools reopening) -การเปิดโรงเรียนวันแรกส่วนใหญ่ราบรื่นดี อย่างไรก็ตาม มีการรายงานข่าวจำเป็นต้องปิดโรงเรียนบางแห่งอีกครั้งเนื่องจากพบผู้ติดเชื้อโควิด 19 ในโรงเรียน และบางแห่งพบนักเรียนมีอาการคล้ายโควิด 19 ดังนี้ - o เมือง Incheon : พบนักเรียนมัธยมปลายติดเชื้อโควิด 2 ราย โรงเรียนจึงมีคำสั่งให้นักเรียนทุกคนกลับบ้าน และสั่งปิดโรงเรียนไป 6 แห่ง นักเรียนทั้ง 2 รายนี้ มีประวัติไปร้านคาราโอเกะแบบหยอดเหรียญ ซึ่งอาจมีความเชื่อมโยงกับผู้ติดเชื้อเป็นกลุ่มก้อนจากย่านอิเทวอน - o เมือง Daegu: พบผู้ติดเชื้อเป็นนักเรียน 1 ราย ซึ่งมีภูมิคุ้มกันอ่อนแอและมีอาการป่วยในโรงเรียนก่อนเปิดเรียน 1-2 วัน โรงเรียนจึงมีคำสั่งให้นักเรียนทุกคนกลับบ้านไปแยกกักตนเอง พบว่า สมาชิกในครอบครัวของนักเรียนคนดังกล่าวติดเชื้อโควิด 19 เช่นกัน - o นอกจากนั้น ยังมีนักเรียนจากจังหวัด North Gyeongsang (60 คน) จังหวัด Gyeonggi (30 คน) จังหวัด North Chungcheong (5 คน) ถูกให้กลับบ้านหรือไปโรงพยาบาล หลังจากที่มีอาการคล้ายไวรัส	ที่มา: WHO Geneva. COVID-19 Situation Report #123 (Data as of 22 May 2020) http://www.koreaherald.com/view.php?uid=20200522000198 (22 May 2020) https://www.koreamemes.co.kr/www/nation/2020/05/119_289948.html (22 May 2020) https://hnewsis.com/view/?id=NISX20200521_0001032849&cid=10201&pid=10200 (21 May 2020)

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	มีนาคม สถานการณ์การติดเชื้อเริ่มดีขึ้นและมีจำนวนผู้ติดเชื้ออยู่ในระดับต่ำเป็นเวลาหลายสัปดาห์ รัฐบาลจึงได้อนุญาตผ่อนปรนมาตรการรักษา ระยะห่างทางสังคมเมื่อวันที่ 6 พฤษภาคม - หลังจากผ่อนปรนมาตรการ ได้เกิดการระบาดครั้งใหม่เป็นกลุ่มก้อน (cluster transmission) โดยวันที่ 6 พฤษภาคมพบผู้ติดเชื้อเป็นชายอายุ 29 ปี มีประวัติไปเที่ยวสถานบันเทิงหลายแห่งในย่านอิเววอน (Itaewon) ของกรุงโซล และในวันเดียวกันพบผู้ติดเชื้อ 215 รายที่มีประวัติสัมผัสชายคนดังกล่าว - หน่วยงานของรัฐจึงเร่งทำการ	เชื้อ รวมถึงครูที่เป็นชาวต่างชาติ อย่างไรก็ตาม ไม่มีข้อมูลระบุว่ามีความเสี่ยงใด -โรงเรียนต่าง ๆ พยายามเปิดเรียนเป็นระยะ (phase) เพื่อให้สามารถรักษาระยะห่างในมาตรการรักษา ระยะห่างในโรงเรียนได้ ดังนี้ ○ วันที่ 20 พฤษภาคม: เปิดโรงเรียนระดับชั้นมัธยมปลายปีสุดท้าย ○ วันที่ 27 พฤษภาคม: เปิดโรงเรียนระดับชั้นอนุบาล ประถมชั้นปีที่ 1-2 มัธยมปลายปีที่ 2 และมัธยมต้นปีที่ 3 ○ วันที่ 3 มิถุนายน: เปิดโรงเรียนมัธยมปลายปีที่ 1 มัธยมต้นปีที่ 2 และประถมชั้นปีที่ 3-4 ○ วันที่ 8 มิถุนายน: เปิดโรงเรียนมัธยมต้นปีที่ 1 และประถมชั้นปีที่ 5-6	เช่น มีไข้และเจ็บคอ โดยทางโรงเรียนรายงานว่านักเรียนบางคนและครอบครัวอาจมีประวัติสัมผัสจากการไปเข้าโบสถ์ในระหว่างสัปดาห์ คำแนะนำจากภาคสาธารณสุข (Advice from public health sector) - ปัจจุบัน ฝ่ายสาธารณสุขกำลังจัดทำแนวทางปฏิบัติฉบับใหม่สำหรับนักเรียน เนื่องจากประเทศกำลังเข้าสู่ฤดูร้อนและอาจทำให้การสวมหน้ากากตลอดเวลาของนักเรียนทำได้ยาก - ด้านศูนย์ควบคุมโรคประเทศเกาหลีใต้ (Korea Centers for Disease Control and Prevention) เดือนมิถุนายนคาดว่าจะมี 20 ปี ตระหนักถึงความรุนแรงของการระบาดของโรคโควิด-19 เนื่องจากผู้ป่วยยืนยันที่อยู่ในวัยนี้ยังไม่แสดงอาการแต่สามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้ โดยระบุว่า “เราเข้าใจว่าการระบาดของโรคโควิด 19 ทำให้คนหนุ่มสาวเกิดความเครียดในช่วงที่มีมาตรการรักษาระยะห่าง เพราะไม่ได้เรียนอย่างต่อเนื่องหรือไม่สามารถทำงานทำได้ อย่างไรก็ดี ขอให้วัยรุ่นคำนึงถึงความปลอดภัยของชุมชนด้วย”	https://www.nst.com.my/world/world/2020/05/594400/high-school-s-korea-closed-after-student-tests-positive-covid-19 (21 May 2020) https://edition.cnn.com/2020/05/21/asia/schools-reopening-asia-coronavirus-intl-bnk/index.html (21 May 2020) https://www.bangkokpost.com/world/1919616/s-korea-logs-5-new-covid-cases-plans-to-reopen-schools (17 May 2020)

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	ตรวจหาเชื้อโควิด 19 เพื่อมุ่งควบคุมโรค โดยได้ตรวจหาเชื้อไปมากกว่า 77,000 ตัวอย่างจากผู้ที่มีประวัติไปยังสถาบันบันเทิงที่เกี่ยวข้องในระหว่างวันที่ 24 เมษายน ถึง 6 พฤษภาคม ปัจจุบันยังไม่มีกรณียืนยันแหล่งที่มาของการแพร่เชื้อดังกล่าว แต่เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสันนิษฐานว่าน่าจะเกี่ยวข้องกับการเดินทางเข้ามาจากทวีปอเมริกาเหนือหรือยุโรป	- การเรียนการสอนใช้วิธีผสมผสานระหว่าง on-line กับ on-site และใช้วิธีสลับเวลาเข้าเรียนของแต่ละชั้นเรียน (ภาคเช้า/ภาคบ่าย) กำหนดเวลาสอนในชั้นเรียนแบบยืดหยุ่น เพื่อให้สามารถรักษาระยะห่างทางกายได้ ทั้งนี้ โรงเรียนตัดสินใจโดยหารือกับภาคส่วนที่เกี่ยวข้องในระดับจังหวัด - สำหรับโรงเรียนที่มีนักเรียนน้อยกว่า 60 คน และโรงเรียนการศึกษาพิเศษ จังหวัดสามารถกำหนดนโยบายได้ด้วยตนเอง - กระทรวงการศึกษาธิการมีมาตรการตรวจสอบการใช้ของครูและนักเรียน โดยใช้ระบบการวินิจฉัยตนเองทางออนไลน์ และหากมีอุณหภูมิร่างกายเกิน 37.5 องศา	ข้อสังเกตและบทเรียน (Observations and lessons learned) • ไม่ควรมองข้ามการป้องกันการติดเชื้อในประชากรกลุ่มวัยรุ่น (อาทิ มัธยมปลาย) เพราะเป็นกลุ่มที่มีการสัญจรเคลื่อนที่และมีแนวโน้มที่จะรวมตัวกันเป็นกลุ่มในสถานที่ที่มีคนหนาแน่นหรือเพื่อความบันเทิง หากติดเชื้อมักมีอาการไม่รุนแรง แต่สามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้ • จำเป็นต้องมีแผนสำรองฉุกเฉิน (contingency plan) ในการควบคุมโรคในโรงเรียนและการเรียนการสอน ในกรณีที่โรงเรียนจำเป็นต้องปิดกั้นอย่างกะทันหัน เมื่อพบผู้ติดเชื้อในโรงเรียน • บุคลากรในโรงเรียนทุกคนจำเป็นต้องรู้ขั้นตอนการดำเนินการเมื่อพบนักเรียนมีอาการคล้ายโควิด 19 หรือติดเชื้อโควิด 19 • การเปิดสถานบันทั้งควรทำต่อเมื่อสามารถรักษา มาตรการด้านความปลอดภัยและควบคุมโรคได้อย่างเต็มที่	

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
	 การจัดแผนเพื่อลดความเสี่ยงในโรงเรียนและอนุญาตให้นักเรียนออกจากโรงเรียนแล้วนำเวลาไปรับประทานอาหารกลางวัน (เครดิตภาพ: CNN)	เคลเดียส จะไม่อนุญาตให้โรงเรียน - มาตรการต่าง ๆ ในโรงเรียน ได้แก่ การวัดอุณหภูมิของนักเรียนและทำความสะอาดมือที่จุดแรกเข้าโรงเรียน การทำความสะอาดพื้นผิวที่สัมผัสบ่อย การรักษาระยะห่างระหว่างโรงเรียน 1 เมตร การจัดให้มีปรอทวัดไข้ 1 อันต่อห้องเรียน และบางแห่งมีการติดตั้งกล่องจับความรื้อนนักเรียนต้องสวมหน้ากากตลอดเวลาที่อยู่ในโรงเรียน ยกเว้น เวลารับประทานอาหาร จัดระยะห่างที่นั่งในโรงอาหาร และมีแผงพลาสติกกันบนโต๊ะอาหาร - ในกรณีนี้ที่นักเรียนมีโอกากระหว่างอยู่ในโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการจะร่วมมือกับหน่วยงานต้นเพลิงของประเทศในการรับส่งนักเรียนจากโรงเรียนไปยังสถานบริการสุขภาพ		

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
		เพื่อรับการตรวจหาเชื้อ - เมื่อวันที่ 20 พฤษภาคมที่ผ่านมา โรงเรียนมัธยมปลาย จำนวน 2,277 แห่ง (ร้อยละ 96.4) เปิดเรียนแล้ว ส่วนอีก 86 แห่ง ยังไม่เปิด เนื่องจากเป็นโรงเรียนใหม่หรือมีนักเรียนที่ตรวจพบเชื้อโควิด  นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นห่างโรงเรียน เครดิตภาพ: CNN		

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
เยอรมนี	- โรงเรียนประถมเปิดเรียน เด็กได้กลับไปเรียนกันก่อน - ครูส่งแผนมาให้พ่อแม่ทราบล่วงหน้าว่า จะเรียนกันอย่างไร เตรียมตัวอย่างไรบ้าง	- ห้องเรียน มีนักเรียนประมาณ 20 คน จะแบ่งออกเป็นกลุ่ม ๆ เรียนกันคนละห้อง เพื่อไม่ให้มีเด็กมากเกินไป ประมาณ 10-12 คน - เนื่องจากให้ป.4 มาเรียนก่อน ครูก็เพียงพอที่จะสอน	- สัปดาห์ถัดมาให้ทุกชั้นเรียนมาเรียน โดยสลับวันเรียนกันไป เช่น วันจันทร์ ป.1 วันอังคาร ป.2 วันพุธ ป.3 วันพฤหัสบดี ป.4 วันศุกร์กลับมา ป.1 ใหม่ - จันทร์ ป.2 วันไป โดยจะตัดวิชาที่ไม่จำเป็นออกไปก่อน - เรียนแตรวิชาที่จำเป็นตามหลักสูตรหลัก ๆ คือ ภาษาเยอรมัน ภาษาอังกฤษ วิทยาศาสตร์ สังคม - คณิตศาสตร์ ส่วนวิทยาศาสตร์ กีฬา ศาสนา เอาไว้ก่อน - จากที่เคยนั่งรวมกันเป็นกลุ่มโต๊ะ ตอนนี้ที่นั่งแยกเดี่ยวห่างกัน 1.5 เมตร - เด็กจะต้องเตรียมหน้ากากมาวันละ 3 ชิ้น (โรงเรียนมีแจกให้เด็กเพิ่มอีก 1 ชิ้น เป็นการช่วยเหลือ) เด็กจะเปลี่ยนหน้ากากที่สวมทุก 1 ชม. (วันละประมาณ 3.5 ชม.) เพื่อสุขอนามัย - มีกฎที่ต้องปฏิบัติตามคือ การล้างมือ ต้องล้างมือเมื่อมาถึงโรงเรียน (ในห้องเรียนมีอ่างล้างมือทุกห้อง) หลังเข้าห้องน้ำ หลังจากพักเบรก ก่อนทานอาหารเข้า และมีกฎคือ ห้ามแบ่ง / แลกอาหารทานกับเพื่อน - เวลาพักเบรกสั้นลง รวมถึงพยายามไม่ให้เด็กพักตรงกัน - เพราะจะทำให้ได้มาเล่นในสนามพร้อมกันจำนวนมากเกินไป และไม่ให้เกิดักๆ เล่นกันข้ามห้อง ให้เล่นเฉพาะที่เรียนห้องเดียวกันตอนนี้ (ลด contact ที่ไม่จำเป็น) แต่	“คุณแม่ท่านหนึ่งจากเยอรมนี” อ้างอิง Facebook นายแพทย์ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ https://www.facebook.com/169838760031293/posts/1160196350995524/?d=n

ประเทศ Country	เริ่มเปิดโรงเรียน Reopening	การเตรียมการก่อนเปิดเรียน Preparations before reopening	มาตรการที่ใช้ระหว่างเปิดเรียน Public health and social measures in schools	แหล่งที่มาของข้อมูล Sources of information
			เด็กยังคุยกันโดยให้รักษาระยะห่างระหว่างกัน - เนื้อหาที่เรียนในช่วง 2 วันแรก วิชาวิทยาศาสตร์ หัวข้อคือ เรื่องโคโรนา เรียนเรื่องไวรัสคืออะไร แบบที่เรารู้คืออะไร ไวรัสกับแบคทีเรียต่างกันอย่างไร ฯลฯ และเรียนเกี่ยวกับโคโรนาไวรัส รวมถึงมาตรการป้องกันการระบาดของของไวรัส ฯลฯ	

ตัวอย่างภาพกิจกรรมที่มีการดำเนินการ



ตัวอย่างภาพกิจกรรมที่มีการดำเนินการ (ต่อ)



วัฏปฏิบัติ

6 ข้อปฏิบัติในสถานศึกษา รองรับสถานการณ์โควิด 19



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** โดยชี้เครื่องวัดอุณหภูมิไปที่หน้าผาก หรือบริเวณที่ผู้ผลิตแนะนำ ให้มีระยะห่างจากผิวหนังตามที่ผู้ผลิตแนะนำ โดยทั่วไปมีระยะห่างไม่เกิน 15 เซนติเมตร (บางรุ่นอาจต้องสัมผัสกับผิวหนัง) จากนั้นกดปุ่มบันทึกผลการวัด โดยขณะทำการวัด ไม่ควรส่ายมือไปมาบนผิวหนังบริเวณที่ทำ การวัด ไม่ควรมีวัตถุอื่นใดบัง เช่น เส้นผม หมวก หน้ากาก หรือเหงื่อ
3. **อ่านค่าผลการวัด** เมื่อมีสัญญาณเสียง หรือสัญลักษณ์ที่แสดงว่าทำการวัดเสร็จสิ้น ควรทำการวัดอย่างน้อย 3 ครั้ง หากผลการวัดไม่เท่ากัน ให้ใช้ค่ามากที่สุด หากสงสัยในผลการวัด ควรทำการวัดซ้ำด้วยเครื่องวัดอุณหภูมิทางการแพทย์ชนิดอื่นๆ เช่น เครื่องวัดอุณหภูมิแบบอินฟราเรดในช่องหู (Infrared Ear Thermometers)

ข้อควรระวัง

- ศึกษาคู่มือการใช้งานเครื่องวัดอุณหภูมิก่อนการใช้งาน
- เครื่องวัดอุณหภูมิผิวหนังควรอยู่ในสถานะแวดล้อมของพื้นที่ทำการวัดไม่น้อยกว่า 30 นาที เพื่อให้อุณหภูมิของเครื่องวัดฯ เท่ากับอุณหภูมิแวดล้อม
- ไม่ควรสัมผัสหรือหายใจบนเลนส์ของหัววัด หากมีสิ่งสกปรกบนเลนส์ให้ใช้ผ้านุ่มแห้ง หรือสำลีพันก้านไม้ ทำความสะอาด ไม่ควรเช็ดด้วยกระดาษทิชชู
- ผู้ถูกวัดควรอยู่ในบริเวณที่ทำการวัดอย่างน้อย 5 นาที ก่อนการวัด ไม่ควรออกกำลังกาย หรืออาบน้ำ ก่อนถูกวัดอุณหภูมิเป็นเวลาอย่างน้อย 30 นาที การถือเครื่องวัดอุณหภูมิหน้าผากเป็นเวลานานมีผลให้อุณหภูมิภายในของเครื่องวัดสูงขึ้น และจะส่งผลให้การวัดอุณหภูมิร่างกายผิดพลาด
- อุณหภูมิร่างกายขึ้นอยู่กับ การเผาผลาญพลังงานของแต่ละคน เสื้อผ้าที่สวมใส่ขณะทำการวัด อุณหภูมิแวดล้อม กิจกรรมที่ทำ

ผู้ที่มีประวัติ มีไข้ หรือวัดอุณหภูมิร่างกายได้ ตั้งแต่ 37.5 องศาเซลเซียส ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อยหอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และมีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ ถือว่า เป็นกลุ่มเสี่ยง ต้องรีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขเพื่อดำเนินการต่อไป

2. วิธีการสวมหน้ากาก (Mask)

- **มารู้จักหน้ากาก**
 - หน้ากากผ้า สำหรับบุคคลทั่วไปที่ไม่ป่วย
 - หน้ากากอนามัย สำหรับผู้ป่วยที่มีการไอ จาม เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อที่ออกมาจกน้ำมูก น้ำลาย
 - หน้ากาก N95 สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ที่ดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด
- **สวมหน้ากาก เมื่อใด**
 - เมื่อออกจากบ้านทุกครั้ง
 - ไปในสถานที่ต่างๆ ที่มีคนจำนวนมาก คนแออัด แหล่งชุมชน หรือพื้นที่เสี่ยง เช่น สถานศึกษา ตลาด ห้างสรรพสินค้า ชุมชนแออัด
- **วิธีการสวมหน้ากาก**
 - กรณีหน้ากากผ้า : ใช้มือจับสายยางยึดคล้องใบหูทั้ง 2 ข้าง จับขอบหน้ากากให้คลุมจมูกและปาก จัดให้กระชับพอดี
 - กรณีหน้ากากอนามัย : เอาด้านสีเขียวเข้มออกด้านนอก และขดลวดอยู่ด้านบนสันจมูก 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 ต้องล้างมือด้วยสบู่และน้ำสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์

3. วิธีการล้างมือ (Hand wash)

- ล้างมือ ป้องกันโควิด 19 ได้อย่างไร
 - ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ทำความสะอาดมือ
- ล้างมือ เมื่อใด
 - ก่อนกินอาหาร
 - ก่อน - หลังปรุงอาหาร
 - ก่อนสัมผัสใบหน้า
 - หลังเล่นกับเพื่อน
 - หลังไอ จาม
 - หลังออกจากห้องส้วม
 - หลังสัมผัสสัตว์เลี้ยง
 - เมื่อมาถึงบ้าน
 - เมื่อคิดว่ามือสกปรก
- วิธีล้างมือ 7 ขั้นตอน
 1. ฝ่ามือถูกัน
 2. ฝ่ามือถูหลังมือและนิ้วถูขอกัน
 3. ฝ่ามือถูฝ่ามือและนิ้วถูขอกัน
 4. หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ
 5. ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบด้วยฝ่ามือ
 6. ปลายนิ้วมือถูฝ่ามือ
 7. 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 คนให้สม่ำเสมอ 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 และน้ำสะอาด 20 มิลลิลิตร คนส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน

สูตรที่ 5 สูตรกรมอนามัย

ส่วนประกอบ ในการทำเจลแอลกอฮอล์ 1 ลิตร

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



วิธีทำ

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

4. การเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing)

การเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) เป็นการลดปฏิสัมพันธ์ใกล้ชิดระหว่างตัวเรากับบุคคลอื่น หรือลดการแพร่ระบาดของเชื้อที่ติดต่อทางละอองฝอยหรือการสัมผัส โดยการยืนหรือนั่งห่างกันอย่างน้อย 1 - 2 เมตร ดกกิจกรรมที่มีการชุมนุม รวมถึงหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่น เช่น การจับมือ หรือโอบกอด รวมถึงไม่อยู่รวมกันหนาแน่นจำนวนมาก ไม่พบปะสังสรรค์ ลดการไปในสถานที่สาธารณะ ลดการให้บริการที่ไม่จำเป็น ลดกิจกรรมที่มีคนหนาแน่น การเว้นระยะห่างทางสังคมเป็นมาตรการทางสาธารณสุข ช่วยลดอัตราความเสี่ยงในการสัมผัสโรค ป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากการติดเชื้อและลดปริมาณผู้ติดเชื้อ

การเว้นระยะห่างทางสังคม แบ่งเป็น 3 ระดับ

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

2.ระดับองค์กร ควรมีมาตรการเหลื่อมเวลาทำงาน หรือการทำงานที่บ้าน (Work from home) เป็นวิธีที่ช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อและการแพร่เชื้อจากการเดินทางด้วยขนส่งสาธารณะที่มีความแออัดในช่วงชั่วโมงเร่งด่วน เป็นการป้องกันการแพร่เชื้อทั้งภายในและภายนอกที่ทำงานได้ ด้วยการอยู่ที่บ้าน ทำความสะอาดบ้าน และไม่นำเชื้อโรคเข้าบ้าน และสำหรับผู้ที่ต้องเดินทางออกจากบ้านเป็นประจำ เมื่อกลับเข้าบ้าน ควรล้างมือทันที หลังจากนั้นควรเปลี่ยนชุดอาบน้ำชำระร่างกาย และแยกซักเสื้อผ้าที่สวมใส่นั้นด้วย

3.ระดับชุมชน การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ควรลดหรืองดกิจกรรมต่าง ๆ หรือหากไม่สามารถงดหรือเลื่อนได้ เช่น งานศพ ควรลดจำนวนของผู้ที่มาร่วมงาน จัดเก้าอี้ หรือสถานที่ให้อยู่ห่างกันพอสมควร และจัดพื้นที่สำหรับล้างมือหรือเจลแอลกอฮอล์ให้ผู้ที่มาร่วมงาน โดยทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย รวมทั้งพยายามให้ช่วงเวลาจัดงานให้สั้นที่สุดเท่าที่จำเป็น และลดกิจกรรมที่อาจมีการสัมผัสระหว่างกันลง 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 ถังขยะ ถังน้ำ ไม้ถูพื้น ผ้าเช็ดทำความสะอาด อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน อาทิ ถุงมือ หน้ากากผ้า เสื้อผ้าที่จะนำมาเปลี่ยนหลังทำความสะอาด
2. เลือกใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดพื้นผิวที่เหมาะสม
 - กรณีสิ่งของอุปกรณ์เครื่องใช้ แนะนำให้ใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% ในการเช็ดทำความสะอาด
 - กรณีเป็นพื้นที่มีขนาดใหญ่ 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 ใช้เฉพาะการทำความสะอาดเท่านั้นเพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ
- หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำความสะอาด

6. การลดความแออัด (Reducing)

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

รายชื่อคณะกรรมการ

คณะกรรมการวิชาการหลัก

1. **รศ.แพทย์หญิงลัดดา เหมาะสุวรรณ**
ประธานศูนย์ข้อมูลและวิจัย
ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย และ
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
2. **แพทย์หญิงสุธาทิพย์ เอ็มเปรมศิลป์**
ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์
โรงพยาบาลรามธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
3. **นางรัตนภรณ์ อิงแฮม**
ผู้แทนสำนักงานผู้แทนองค์การอนามัยโลกประจำประเทศ
4. **นางณภัทร พิศาลบุตร**
เจ้าหน้าที่สื่อสารเพื่อการพัฒนาองค์การยูนิเซฟประเทศไทย
5. **นายรังสรรค์ วิบูลอุปถัมภ์**
Education officer องค์การยูนิเซฟประเทศไทย
6. **นายแพทย์กิตติพงศ์ แซ่เจ็ง**
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
7. **ทันตแพทย์หญิงปิยะดา ประเสริฐสม**
ผู้อำนวยการสำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
8. **ทันตแพทย์หญิงจิราพร ชิตดี**
ทันตแพทย์เชี่ยวชาญ สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
9. **นางอังศณา ฤทธิ์อยู่**
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
10. **นางสาวชนิกา โรจน์สกุลพานิช**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
11. **นางสาวปาริชาติ นาควารี**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย
12. **นางพรวิภา ดาวดวง**
นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย
13. **นางสาวใจรัก ลอยสงเคราะห์**
นักโภชนาการปฏิบัติการ
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย
14. **นางสาวนฤมล ธนเจริญวัชร**
นักโภชนาการปฏิบัติการ
สำนักโภชนาการ กรมอนามัย
15. **นางณิรุษ อาภาจรัส**
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย
16. **นางสาวปาริชาติ จำนงการ**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย
17. **นางสาวพรเพชร ศักดิ์ศิริชัยศิลป์**
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย
18. **นางสาวเอมอร ชันมี**
นักวิชาการสาธารณสุข
สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย
19. **แพทย์หญิงธนาวิดี ดันติทวีวัฒน์**
นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ
กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
20. **นางสาวณิชาภัทร คูศิริรัตน์**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
21. **นางสุชาดา เกิดมงคลการ**
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค
22. **แพทย์หญิงศุภฎี จิงศิริกุลวิทย์**
ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์
กรมสุขภาพจิต
23. **แพทย์หญิงศุภรา เอื้ออภิสิทธิ์วงศ์**
สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์
กรมสุขภาพจิต
24. **นายยุทธพงษ์ ขวัญขึ้น**
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
25. **นางสาวนิษฐา ระโหฐาน**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย
26. **นางปนัดดา จันผ่อง**
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
27. **นางสาวอัญชลี อ่อนศรี**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
28. **นางสาววัลนิภา ชัยยะมาตร**
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
29. **นางสาวคัทลียา โสดาปัดชา**
นักวิชาการสาธารณสุข
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH



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