



คู่มือ ห้องพยาบาล

งานอนามัยโรงเรียน
โรงเรียนประสาทวิทยาคาร

งานอนามัยโรงเรียน

การส่งเสริมและ ป้องกันโรค

1. ส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน
2. ป้องกันโรคในโรงเรียน
3. ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
4. ตรวจสอบสุขภาพครูและนักเรียน

การให้บริการ

1. ดูแล รักษา ปฐมพยาบาลเบื้องต้น
2. จัดซื้อ จัดหา ยา อุปกรณ์ และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์ที่มีคุณภาพ
3. การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพ
4. การจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

การส่งต่อ

1. ส่งต่อผู้ป่วยไปยังโรงพยาบาล
ปราชยา
2. แจ้งผู้ปกครอง ครูที่ปรึกษา
ครูผู้สอน และผู้บริหารโรงเรียน
3. ติดตามการรักษาและการพักผ่อน
ของผู้ป่วย

บทบาทงานอนามัยโรงเรียน

งานอนามัยโรงเรียนเป็นงานที่ให้บริการทางด้านสุขภาพของนักเรียนโดยมุ่งเน้นให้นักเรียนทุกคนมีสุขภาพดี สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ เปิดบริการให้กับนักเรียนด้านการปฐมพยาบาลเบื้องต้น การดูแลผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บไข้เล็กน้อย การอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับการให้ภูมิคุ้มกันโรคติดต่อโดยประสานงานกับหน่วยงานสาธารณสุข และ โรงพยาบาลใกล้เคียงกับโรงเรียน

หน้าที่และความรับผิดชอบของงานอนามัยโรงเรียน

- (1) ประเมินสถานภาพทางด้านสุขภาพอนามัยของนักเรียนและบุคลากรอื่นๆภายในโรงเรียน
- (2) จัดสถานที่เพื่อการปฐมพยาบาลและพักผ่อนสำหรับนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนตามสภาพแวดล้อมและความจำเป็น
- (3) จัดหา ยา เครื่องมือเครื่องใช้ในการปฐมพยาบาลพร้อมที่จะใช้ได้ทันที
- (4) ให้การปฐมพยาบาลแก่นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนเมื่อเจ็บป่วยหรือได้รับอุบัติเหตุตามนโยบายของโรงเรียน
- (5) ส่งต่อผู้ป่วยที่มีอาการหนักเกินขีดความสามารถของครูพยาบาลจะดำเนินการรักษาต่อไปโดยจะเป็นผู้ประสานงานในการนำส่งโรงพยาบาล พร้อมทั้งรายงานให้ผู้บริหารทราบ
- (6) ดำเนินการให้มีการควบคุมและป้องกันการระบาดของโรคติดต่อและเชื้อโรคต่างๆพร้อมแนะนำช่วยเหลือในการจัดสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ
- (7) แนะนำส่งเสริมและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพจิต รวมทั้งการแก้ไขปัญหาในด้านอารมณ์
- (8) ให้ความรู้แก่นักเรียนและบุคลากรในโรงเรียนเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพอนามัย ทั้งส่วนบุคคลและชุมชน เช่น แผ่นพับ โปสเตอร์ จัดบอร์ดนิทรรศการ
- (9) จัดทำบัตรบันทึกสุขภาพหรือทะเบียนสุขภาพตามแบบที่กำหนดของกระทรวง
- (10) ดูแลรักษาห้องพยาบาลให้สะอาดถูกสุขลักษณะอยู่เสมอ
- (11) ติดต่อประสานงานกับครูประจำชั้น ในกรณีที่นักเรียนเจ็บป่วยหนักต้องรักษาตัวที่โรงพยาบาลหรือประสบอุบัติเหตุ เพื่อที่ครูประจำชั้นจะได้แจ้งให้ผู้ปกครองทราบ
- (12) ปฏิบัติงานทางวิชาการ การพยาบาล เช่น ค้นคว้าหาความรู้เพื่อปรับปรุงการพยาบาล

กิจกรรมตามแผนการดำเนินงานอนามัยโรงเรียน 3 ด้าน

การส่งเสริมและป้องกันโรค

1. ส่งเสริมสุขภาพให้กับทุกคนในโรงเรียน

1.1 ส่งเสริมสุขภาพนักเรียน และบุคลากรในโรงเรียน โดยการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ ได้แก่ การให้ความรู้หน้าเสาธง การให้ความรู้เสียงตามสาย การให้ความรู้ตามบอร์ดประชาสัมพันธ์ และในเว็บไซต์ หรือสื่อสังคมออนไลน์ของโรงเรียนประสาทวิทยาคาร

1.2 จัดให้มีอาสาสมัครสาธารณสุขประจำโรงเรียน ประกอบด้วยครู ตัวแทนนักเรียน และสภานักเรียน เป็นแกนนำในการส่งเสริมสุขภาพ

1.3 แจกข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพที่เกี่ยวข้องให้ทุกคนในโรงเรียนรับทราบอยู่เสมอ

2. ป้องกันโรคในโรงเรียน

2.1 มีกิจกรรมในการรณรงค์ป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพต่าง ๆ เช่น การงดสูบบุหรี่ ยาเสพติด พฤติกรรมการกินอาหารที่ไม่เหมาะสม เป็นต้น

2.2 ร่วมมือกับโรงพยาบาลปราสาท สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปราสาท ในการป้องกันโรคติดต่อและไม่ติดต่อในโรงเรียน เช่น โรคไข้เลือดออก โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โรคอ้วนในเด็ก โรคไข้หวัดใหญ่ เป็นต้น

2.3 ดูแล สอดส่องแหล่งเพาะพันธุ์พาหะนำโรค และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ให้ปลอดภัยอยู่เสมอ

3. ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

3.1 ประสานงาน และให้ความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ กับหน่วยงานทางสาธารณสุข ได้แก่ โรงพยาบาลปราสาท สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปราสาท และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุรินทร์

3.2 ประสานงาน และให้ความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ กับหน่วยงานท้องถิ่นในการ ขอความอนุเคราะห์วัสดุ อุปกรณ์ในการป้องกันโรค เช่น อุปกรณ์พ่นหมอกควัน กำจัดขยะมูลฝอย อุปกรณ์ป้องกันและทำความสะอาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นต้น

4. ตรวจสอบสุขภาพครูและนักเรียนประจำปี

4.1 ดำเนินการตรวจสอบสุขภาพนักเรียน เป็นประจำทุกปี

4.2 ดำเนินการตรวจสอบสุขภาพให้กับครูและบุคลากรทางการศึกษาทุกคนตามความสมัครใจ เป็นประจำทุกปี

ด้านการให้บริการ

1. ดูแล รักษา ปฐมพยาบาลเบื้องต้น นักเรียนหรือบุคลากรที่มีอาการป่วย

1. ห้องพยาบาล เปิดบริการ เวลา 07.30 - 16.30 น.
2. ครู นักเรียน และบุคลากรของโรงเรียนที่ป่วย มารับบริการ ลงชื่อในสมุดบันทึกสถิติการใช้บริการทุกครั้ง
3. ผู้มารับบริการให้แจ้งอาการป่วย และซื้อยาที่แพ้ด้วยทุกครั้ง
4. หากผู้ป่วย มีโรคประจำตัว ต้องแจ้งให้ครูห้องพยาบาล ทราบทุกครั้ง
5. ห้ามหยิบยารับประทานเอง และห้ามรับยาแทนผู้ป่วย
6. นักเรียนที่ป่วย หากต้องการนอนพัก ให้ติดต่อขออนุญาตจากครูประจำชั้น หรือประจำวิชาก่อนลงมาพัก
7. ห้ามเข้าเยี่ยมนักเรียนที่นอนพักในห้องพยาบาลหากไม่มีความจำเป็น
8. ห้ามส่งเสียงดังรบกวน ครูและนักเรียนที่ป่วย
9. นักเรียนและครูที่ป่วยมาก หรือได้รับอุบัติเหตุที่รุนแรง จะนำส่งไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลที่ใกล้ และอยู่ในข้อตกลงของประกันชีวิต

2. จัดซื้อ จัดหา ยา อุปกรณ์ และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์ที่มีคุณภาพ

- 2.1 ศึกษา วิเคราะห์ คุณภาพของยา อุปกรณ์และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์
- 2.2 จัดซื้อ จัดหา ยา อุปกรณ์ และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์ตามโครงการ
- 2.3 ตรวจสอบยา อุปกรณ์ และเวชภัณฑ์ทางการแพทย์ก่อนให้บริการ
- 2.4 จัดทำทะเบียนตรวจสอบ ยา อุปกรณ์และเวชภัณฑ์ เพื่อตรวจสอบจำนวนและวันหมดอายุ

3. การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพ

- 3.1 ครูพยาบาลให้คำปรึกษาเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพกาย
- 3.2 ครูพยาบาลให้คำปรึกษาเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพจิต
- 3.3 หากเกินความสามารถ ครูพยาบาลทำการส่งต่อไปยังบุคลากรทางการแพทย์ หรือบุคลากรทางสาธารณสุขตามความเหมาะสม

4. การจัดสถานที่และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

- 4.1 มีห้องพยาบาลให้บริการในโรงเรียน ซึ่งอยู่ใกล้ทางออกของโรงเรียน มีถนนที่เอื้อต่อการนำส่งผู้ป่วย เมื่อมีเหตุฉุกเฉิน
- 4.2 ห้องพยาบาลแบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ ห้องพยาบาลผู้ป่วยหญิง ห้องพยาบาลผู้ป่วยชาย ส่วนการทำหัตถการทางการแพทย์ และส่วนของครูประจำการห้องพยาบาล
- 4.3 สิ่งแวดล้อมมีความเงียบสงบ เหมาะสำหรับการพักผ่อนของผู้ป่วย

การส่งต่อ

1. ส่งต่อผู้ป่วยไปยังโรงพยาบาลปราชญ์ หรือ

- 1.1 ประเมินผู้ป่วย หากเกิดอุบัติเหตุร้ายแรง มีการบาดเจ็บรุนแรง ให้รีบส่งต่อไปยังโรงพยาบาลปราชญ์
- 1.2 โทรหาการแพทย์ฉุกเฉินที่เบอร์โทร 1669 หรือรถของครู นำส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาล อย่างเร่งด่วนที่สุด

2. แจ้งผู้ปกครอง ครูที่ปรึกษา ครูผู้สอน และผู้บริหารโรงเรียน

- 2.1 สอบถามเบอร์โทรผู้ปกครอง หรือผู้ใกล้ชิด
- 2.2 บอกอาการป่วย สถานที่นำส่งไปรักษาต่อ พร้อมบอกเบอร์โทรของครูพยาบาล
- 2.3 ประสานงานจนกว่าผู้ปกครองจะมารับ และกลับบ้านอย่างปลอดภัย

3. ติดตามการรักษาและการพักฟื้นของผู้ป่วย

- 3.1 กำกับ ติดตาม ผู้ป่วยถึงอาการ การกินยา การรักษาของแพทย์
- 3.2 หากมีอาการเพิ่มเติมให้แจ้งครูพยาบาลได้ตลอดเวลา เพื่อทำการรักษาอย่างทันท่วงที

ระเบียบการใช้บริการ

1. มารยาทการใช้บริการห้องพยาบาล

- 1.1 ถอดรองเท้าก่อนเข้าห้อง และจัดวางให้เรียบร้อย
- 1.2 รักษาความสะอาดของสถานที่และอุปกรณ์ที่ใช้
- 1.3 พุดจาสุภาพ มีสัมมาคารวะ ไม่ส่งเสียงดัง

2. ประสงค์จะขอรับยา

- 2.1 แจ้งอาการเจ็บป่วยให้ครูห้องพยาบาลทราบ
- 2.2 รับประทานยาในห้องพยาบาล ห้ามนำออกไปรับประทานนอกห้อง
- 2.3 ล้างแก้วยาหรืออุปกรณ์หลังใช้ แล้วเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อย
- 2.4 ห้ามรับยาแทนเพื่อน
- 2.5 ลงบันทึกในสมุดบันทึกการใช้บริการทุกครั้ง

3. ประสงค์ขอเข้านอนพัก

- 3.1 ขออนุญาตจากครูประจำชั้นหรือประจำวิชาและเขียนใบลาให้ครูเซ็นอนุญาตก่อนมานอนพัก
- 3.2 แจ้งอาการเจ็บป่วย ให้ครูห้องพยาบาลทราบ และขออนุญาตนอน
- 3.3 ลงบันทึกในสมุดนอนพัก ทุกครั้งที่ใช้บริการ

4. ประสงค์จะทำแผล

- 4.1 แผลเก่า ให้ทำในเวลาคาบพัก เท่านั้น
- 4.2 แผลใหม่ ทำแผลได้ตลอดเวลาที่เปิดบริการ
- 4.3 ห้ามทำแผลเองก่อนได้รับอนุญาต
- 4.4 ห้ามหยิบ จับ สำลี ผ้าก๊อซ อุปกรณ์ทำแผล เนื่องจากอบฆ่าเชื้อเรียบร้อยแล้ว
- 4.5 ลงบันทึกในสถิติพยาบาล ทุกครั้งที่ใช้บริการ

5. จำเป็นต้องไปโรงพยาบาล

- 5.1 สำหรับนักเรียนที่ป่วยมาก หรือได้รับอุบัติเหตุรุนแรง
- 5.2 ในรายที่ได้รับอุบัติเหตุเบื่ค่าประกันได้ เนื่องจากมีประกันค่ารักษาพยาบาลเมื่อเกิดอุบัติเหตุที่นักเรียน

ทำไว้กับทางโรงเรียนโดยขอใบรับรองแพทย์และใบเสร็จมาทำเรื่องเบิกที่ห้องบริหารจัดการ

1. แนวปฏิบัติระหว่างเปิดภาคเรียน (Public health and social guidelines in schools)

1.1 หลักปฏิบัติในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

1. คัดกรอง (Screening) ผู้ที่เข้ามาในสถานศึกษาทุกคน ต้องได้รับการคัดกรองวัดอุณหภูมิร่างกาย

2. สวมหน้ากาก (Mask) ทุกคนต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ตลอดเวลาที่อยู่ในสถานศึกษา

3. ล้างมือ (Hand Wash) ล้างมือบ่อย ๆ ด้วยสบู่และน้ำ นานอย่างน้อย 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 และวัสดุ อุปกรณ์ ก่อนเข้าเรียน ช่วงพักเที่ยง และหลังเลิกเรียนทุกวัน รวมถึงจัดให้มีถังขยะมูลฝอยแบบมีฝาปิดและ รวบรวมขยะออกจากห้องเรียนเพื่อนำไปกำจัดทุกวัน

6. ลดแออัด (Decrease) ลดระยะเวลาการทำกิจกรรมให้สั้นลงเท่าที่จำเป็นหรือเลื่อนเวลาทำกิจกรรมและหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมรวมตัวกันเป็นกลุ่ม

1.2 ขั้นตอนการคัดกรองสุขภาพและแนวทางการส่งต่อนักเรียนและบุคลากรในสถานศึกษา

1. จัดตั้งจุด/บริเวณคัดกรองบริเวณทางเข้าสถานศึกษา
2. วัดอุณหภูมิ ($> 37.5^{\circ}\text{C}$ ถือว่ามีไข้)
3. ให้ผู้ถูกคัดกรองล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือเจลแอลกอฮอล์
4. ตรวจสอบการสวมหน้ากากของบุคคลทุกคนที่เข้าสถานศึกษา
5. ชักประวัติเสี่ยง อาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (มีน้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก เหนื่อย หอบ ไม่ได้กลิ่น ไม่รู้รส) และบันทึกผลในแบบบันทึกการตรวจคัดกรองสุขภาพ

• กรณี วัดอุณหภูมิ $< 37.5^{\circ}\text{C}$ ไม่มีอาการทางเดินหายใจ ไม่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับ ผู้ป่วยยืนยันให้ติดสัญลักษณ์หรือสติ๊กเกอร์ เข้าเรียน/ปฏิบัติงานได้ตามปกติ

• กรณี วัดอุณหภูมิ $> 37.5^{\circ}\text{C}$ ขึ้นไป ร่วมกับอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง และ/หรือไม่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยยืนยัน ให้แยกนักเรียนไว้ในห้องหรือบริเวณที่จัดเตรียมไว้ แฉก ผู้ปกครอง แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขสอบสวนโรค และดำเนินการตามคำแนะนำ

6. ผู้รับผิดชอบรวบรวมข้อมูลรายงานผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาทราบ

1.3 แนวปฏิบัติสำหรับบุคลากรในสถานศึกษา

ผู้บริหาร เจ้าของสถานศึกษา

1. ประกาศนโยบายและแนวปฏิบัติ พร้อมทั้งจัดตั้งคณะทำงานดำเนินการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

2. ทบทวน ปรับปรุง ข้อปฏิบัติตามแผนฉุกเฉินของสถานศึกษา

3. ให้มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์การป้องกันโรคโควิด-19 เกี่ยวกับนโยบาย มาตรการ การปฏิบัติตน การจัดการเรียนการสอนให้กับผู้เกี่ยวข้อง และลดการตีตราทางสังคม (Social stigma)

4. มีมาตรการคัดกรองสุขภาพทุกคน บริเวณจุดแรกเข้าไปในสถานศึกษา (Point of entry)

5. ควรพิจารณาการจัดให้นักเรียนสามารถเข้าถึงการเรียนการสอนที่มีคุณภาพเหมาะสมตามบริบท ได้อย่างต่อเนื่อง รวมถึงการติดตามกรณีนักเรียนขาดเรียน ลาป่วย

6. กรณีพบนักเรียน ครู บุคลากร หรือผู้ปกครองอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือผู้ป่วยยืนยันเข้ามาใน สถานศึกษา ให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่

7. มีมาตรการให้นักเรียนได้รับอาหารกลางวันและอาหารเสริมตามสิทธิที่ควรได้รับ กรณีพบอยู่ใน กลุ่มเสี่ยงหรือกักตัว

8. ควบคุม กำกับ ติดตาม และตรวจสอบการดำเนินงานตามมาตรการอย่างเคร่งครัดและต่อเนื่อง

ครู ผู้ดูแลนักเรียน

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ให้หยุดปฏิบัติงาน และ รีบไปพบแพทย์ทันที

3. ปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือ หน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชน

4. แจ้งผู้ปกครองและนักเรียน ให้นำของใช้ส่วนตัวและอุปกรณ์ป้องกันมาใช้เป็นของตนเอง

5. สื่อสารความรู้คำแนะนำหรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์ในการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการ แพร่กระจายโรคโควิด-19

6. ทำความสะอาดสื่อการเรียนการสอนหรืออุปกรณ์ของใช้ร่วมที่เป็นจุดสัมผัสเสี่ยง ทุกครั้งหลังใช้งาน

7. ควบคุมดูแลการจัดที่นั่งภายในสถานที่ในโรงเรียน ตามหลักการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่าง น้อย 1 - 2 เมตร

8. ตรวจสอบ กำกับ ติดตามการมาเรียนของนักเรียน

9. ตรวจสอบคัดกรองสุขภาพทุกคนที่เข้ามาในสถานศึกษาตามขั้นตอน

10. สังเกตกลุ่มนักเรียนที่มีปัญหาพฤติกรรม หรือนักเรียนที่ไม่ร่วมมือปฏิบัติตามมาตรการที่ครู กำหนด เพื่อให้ได้รับการช่วยเหลือ

11. สื่อสารความรู้เกี่ยวกับความเครียด กระบวนการจัดการความเครียดให้แก่ นักเรียนและ บุคลากร ในสถานศึกษา

นักเรียน

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง รีบแจ้งครูหรือ ผู้ปกครอง

3. มีและใช้ของใช้ส่วนตัว ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น

4. ปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือ หน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชน

5. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ด้วยการกินอาหารปรุงสุก ร้อน สะอาด อาหารครบ 5 หมู่ และผัก ผลไม้ ออกกำลังกาย และนอนหลับให้เพียงพอ

6. กรณีนักเรียนขาดเรียนหรือถูกกักตัว ควรติดตามความคืบหน้าการเรียนอย่างสม่ำเสมอ

7. หลีกเลี่ยงการล้อเลียนความผิดปกติหรืออาการไม่สบายของเพื่อน

ผู้ปกครอง

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคจากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

2. สังเกตอาการป่วยของบุตรหลาน หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ให้รีบพาไปพบ แพทย์

3. จัดหาของใช้ส่วนตัวให้บุตรหลาน

4. จัดหาอุปกรณ์ป้องกันโรคและการล้างมือ กำกับให้บุตรหลานปฏิบัติตามมาตรการการป้องกัน โรค

อย่างเคร่งครัด ได้แก่ ล้างมือบ่อยๆ สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล หลีกเลี่ยงการไปในสถานที่ที่แออัดหรือแหล่งชุมชน

5. ดูแลสุขภาพบุตรหลาน จัดเตรียมอาหารปรุงสุก ใหม่

6. กรณีมีการจัดการเรียนการสอนทางไกล ออนไลน์ ผู้ปกครองควรให้ความร่วมมือกับครูในการ ดูแลจัดการเรียนการสอนแก่นักเรียน

แม่ครัว ผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด

1. ติดตามข้อมูลข่าวสารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้

2. สังเกตอาการป่วยของตนเอง หากมีอาการทางเดินหายใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ให้หยุดปฏิบัติงาน และรีบไปพบแพทย์ทันที

3. ล้างมือบ่อยๆ ก่อน - หลังปรุงและประกอบอาหาร ขณะจำหน่ายอาหาร หลังสัมผัสสิ่งสกปรก

4. ขณะปฏิบัติงานของผู้สัมผัสอาหาร ต้องสวมหมวกคลุมผม ผ่ากันเปื้อน ลุงมือ สวมหน้ากากผ้า หรือ หน้ากากอนามัย และปฏิบัติตามสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ถูกต้อง

5. ปกปิดอาหาร ใส่ถุงมือและใช้ที่คีบหยิบจับอาหาร

6. จัดเตรียมอาหารปรุงสุกใหม่ ให้นักเรียนกิน ภายในเวลา 2 ชั่วโมง

7. ผู้ปฏิบัติงานทำความสะอาด ผู้ปฏิบัติงานเก็บขยะ ต้องใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเองและปฏิบัติ ตามขั้นตอนการทำความสะอาดให้ถูกต้อง

ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

1. **ห้องเรียน** สถานที่สำหรับการจัดการเรียนสอน ห้องปฏิบัติการต่าง ๆ ภายในสถานศึกษา ห้องประชุมห้องพักรู โรงยิม โรงอาหารห้องสมุดห้องส้วม เป็นต้น ให้ดำเนินการตามหลักปฏิบัติการป้องกันการ แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 อย่างเคร่งครัด ได้แก่

- จัดโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่ง ให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2 เมตร
- มีการเหลื่อมเวลาเรียน การเรียนกลุ่มย่อย
- จัดให้มีการระบายอากาศที่ดี ให้อากาศถ่ายเท และทำความสะอาดโต๊ะ เก้าอี้ อุปกรณ์การเรียน ทุกครั้ง และจุดสัมผัสเสี่ยง ก่อน-หลังใช้งาน
- จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์ใช้ทำความสะอาดมือ
- จำกัดจำนวนผู้ใช้งานหรือลดระยะเวลาทำกิจกรรมหรือเหลื่อมเวลา

2. โรงอาหาร

- จัดบริการอาหาร เน้นป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรค เช่น อาหารปรุงสำเร็จสุกใหม่ทุก ครั้ง
- พิจารณาทางเลือกให้ผู้ปกครองสามารถเตรียมอาหารกลางวัน (Lunch box) ให้นักเรียน

3. สถานที่แปรงฟัน

หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่ม และเว้นระยะห่างในการแปรงฟัน ให้นักเรียนแปรงฟันในห้องเรียน โดย นั่งที่ โต๊ะเรียน เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของน้ำลายละอองน้ำ หรือเชื้อโรคสู่ผู้อื่นตามขั้นตอนการแปรงฟัน

4. ห้องพยาบาล

• จัดหาครูหรือเจ้าหน้าที่ เพื่อดูแลนักเรียน ในกรณีที่นักเรียนป่วยมานานพักรอผู้ปกครอง มารับ และมีการบันทึกรายชื่อและอาการของนักเรียนที่ป่วย

• จัดให้มีพื้นที่หรือห้องแยกอย่างชัดเจน ระหว่างนักเรียนป่วยจากอาการไข้หวัดกับนักเรียน ป่วย จากสาเหตุอื่น ๆ

5. รดรับ-ส่งนักเรียน

- ทำความสะอาดรถรับนักเรียนและบริเวณจุดสัมผัสเสี่ยง

- นักเรียนที่ใช้บริการรถรับนักเรียน ต้องสวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย
- การจัดที่นั่งบนรถรับนักเรียน ควรจัดให้มีการเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล อย่างน้อย 1 - 2

เมตร

- ก่อนและหลังให้บริการรับนักเรียนแต่ละรอบ ควรเปิดหน้าต่าง ประตู ระบายอากาศ ให้ อากาศถ่ายเทได้สะดวก
- จัดให้มีเจลแอลกอฮอล์สำหรับใช้ทำความสะอาดมือ

1.4 มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 กรณีเกิดการระบาด (เมื่อพบผู้ป่วยยืนยันอย่างน้อย 1 ราย ที่คิดว่าอาจมีการแพร่กระจายเชื้อในสถานศึกษา)

1. ปิดสถานศึกษา/ชั้นปี/ชั้นเรียน เพื่อทำความสะอาด เป็นระยะเวลา 3 วัน
2. ประธานเจ้าหน้าที่สาธารณสุข สำนักรวจคัดกรองนักเรียนและบุคลากรทุกคน บริเวณทางเข้าสถานศึกษา และดำเนินการขึ้นตอนที่กำหนด หากพบผู้เข้าเกณฑ์สอบสวน (PUI) ให้เก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจหาเชื้อ
3. ผู้สัมผัสกลุ่ม High risk ให้ดำเนินการเก็บตัวอย่าง NP swab ส่งตรวจหาเชื้อ
4. ผู้สัมผัสกลุ่ม Low risk ไม่ต้องเก็บตัวอย่าง แต่ให้แยกตัวอยู่ที่บ้าน และรายงานอาการ (Selfreport) ทุกวัน หากพบว่า มีอาการเข้าเกณฑ์ PUI ให้ดำเนินการแบบผู้ป่วย PUI
5. เมื่อเปิดเรียน ให้มีการคัดกรองใช้ทุกวัน หากพบมีอาการเข้าได้กับ PUI ให้เก็บตัวอย่าง และพิจารณาความเสี่ยงเพื่อตัดสินใจว่าจะให้ผู้ป่วยดูอาการที่บ้าน หรือต้องแยกตัวในโรงพยาบาล
6. ทีมสอบสวนโรคทำการติดตามผู้สัมผัสทุกวัน จนครบกำหนด

(ที่มา: กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข)

1.5 การกำกับ ติดตาม และรายงานผล

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