



ด่วนที่สุด

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดแพร่ ฝ่ายบริหารงานทั่วไป โทร. ๐-๕๔๕๓-๔๑๑๙ ต่อ ๑๐๒

ที่ พร. ๐๑๒๓.๑/ ว ๑๕๑

วันที่ ๗ เมษายน ๒๕๖๓

เรื่อง แนวทางการปฏิบัติสำหรับข้าราชการและบุคลากรของรัฐจังหวัดแพร่ เพื่อป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ
..... เชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)

เรียน ผู้อำนวยการกลุ่มงานทุกกลุ่มงาน/ท้องถิ่นอำเภอทุกอำเภอ

จังหวัดแพร่ ได้แจ้งแนวทางการปฏิบัติสำหรับข้าราชการและบุคลากรของรัฐจังหวัดแพร่ เพื่อป้องกันและควบคุมโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) ตามหนังสือ จังหวัดแพร่ ด่วนที่สุด ที่ พร ๐๑๑๗.๕/ว ๑๗๔๒ ลงวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๓ โดยได้ออกข้อกำหนดมาตรการแก่หน่วยงาน ภายใต้หลักเกณฑ์ เงื่อนไข และเงื่อนไข ดังนี้

๑. ให้หัวหน้าส่วนราชการทุกส่วนราชการ ทุกหน่วยงาน อยู่ปฏิบัติหน้าที่ในพื้นที่จังหวัดแพร่ เพื่อติดตามสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) อย่างใกล้ชิด และเตรียมความพร้อมที่จะปฏิบัติงานตามนโยบายหรือข้อสั่งการของผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง และให้เตรียมความพร้อมด้านอุปกรณ์และบุคลากรในสังกัด เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติงานของจังหวัด ในกรณีที่มีความจำเป็นเร่งด่วนที่จะปฏิบัติหน้าที่ในการช่วยเหลือประชาชนในกรณีเกิดภาวะวิกฤต

๒. ห้ามข้าราชการ พนักงานราชการ ลูกจ้าง พนักงานส่วนท้องถิ่น พนักงานรัฐวิสาหกิจ และเจ้าหน้าที่ของรัฐทุกหน่วยงาน เดินทางออกนอกพื้นที่จังหวัดแพร่ ตั้งแต่วันที่ ๗ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๓ และให้ปฏิบัติราชการตามที่อยู่บังคับบัญชาขมอบหมายหรือปฏิบัติงานในที่พัก ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงาน ก.พ. กำหนด ยกเว้น กรณีมีเหตุจำเป็นเร่งด่วนหรือไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ให้ขออนุญาตเดินทางไปยังพื้นที่ดังกล่าวต่อหัวหน้าหน่วยงานที่สังกัด แล้วรายงานให้ผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ทราบโดยด่วน สำหรับหัวหน้าหน่วยงาน นายอำเภอ และผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ต้องขออนุญาตพร้อมระบุเหตุความจำเป็นต่อผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่โดยตรง ทั้งนี้ หากมีการฝ่าฝืนให้หัวหน้าหน่วยงาน นายอำเภอ หรือผู้บังคับบัญชาพิจารณาดำเนินการทางวินัยต่อไป

๓. ในกรณีที่ข้าราชการหรือบุคลากรได้แจ้งเหตุความจำเป็นและขออนุญาตเดินทางออกนอกเขตจังหวัดแพร่แล้ว ให้มีมาตรการในการป้องกันตนเองจากการติดเชื้ออย่างเคร่งครัด และเมื่อกลับเข้ามายังจังหวัดแพร่ ต้องปฏิบัติตามมาตรการและข้อแนะนำที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด และให้แยกสังเกตอาการในที่พัก เป็นเวลา ๑๔ วัน โดยไม่ถือเป็นวันลา ตามข้อ ๑๕ ของระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการลาของข้าราชการ พ.ศ. ๒๕๕๕ หรือตามระเบียบอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง รายละเอียดตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

ในการนี้ จึงขอให้แจ้งเจ้าหน้าที่และบุคลากรในสังกัด ทราบและปฏิบัติโดยเคร่งครัดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

(นายต่อพงษ์ ทับทิมโต)

ท้องถิ่นจังหวัดแพร่

๒๐

ด่วนที่สุด

ที่ พร ๐๐๑๗.๕/ว ๑๗/๕๖



สำนักงานส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศจังหวัดแพร่
เลขรับ 1863
วันที่ - 7 มิ.ย. 2563
เวลา.....น.

ศาลากลางจังหวัดแพร่
ถนนไชยบูรณ์ พร ๕๔๐๐๐

๓ เมษายน ๒๕๖๓

เรื่อง แนวทางการปฏิบัติสำหรับข้าราชการและบุคลากรของรัฐจังหวัดแพร่ เพื่อป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)

เรียน หัวหน้าส่วนราชการทุกส่วนราชการและหัวหน้าหน่วยงานรัฐวิสาหกิจทุกแห่ง นายอำเภอทุกอำเภอ ผู้บริหารสถานศึกษาทุกแห่ง นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่ และนายกเทศมนตรีเมืองแพร่

อ้างถึง หนังสือจังหวัดแพร่ ด่วนที่สุด ที่ พร ๐๐๑๗.๕/ว ๓๖๓๖ ลงวันที่ ๒๔ มีนาคม ๒๕๖๓

- | | | |
|------------------|---|-------------|
| สิ่งที่ส่งมาด้วย | ๑. แบบรายงานการเดินทาง | จำนวน ๑ ชุด |
| | ๒. คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคฯ กระทรวงสาธารณสุข | จำนวน ๑ ชุด |

ตามที่จังหวัดแพร่ได้มีแนวทางการปฏิบัติสำหรับข้าราชการและบุคลากรที่เดินทางไปยังกรุงเทพมหานคร ปริมาณพลหรือพื้นที่เสี่ยงในการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) ด้วยในขณะนี้ สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคภายในประเทศได้ทวีความรุนแรงมากขึ้น มีผู้ติดเชื้อกระจายไปหลายจังหวัด และรัฐบาลได้กำหนดมาตรการเร่งด่วนในการควบคุมและยับยั้งการแพร่ระบาด ซึ่งให้ส่วนราชการและหน่วยงานของรัฐดำเนินการ ตามมาตรการของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัด และเมื่อวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๓ นายกรัฐมนตรีประกาศข้อกำหนดและข้อปฏิบัติตามพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๕๘ (ฉบับที่ ๑) ข้อ ๗ วรรคหนึ่ง (๑) ให้ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นผู้บริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉินทุกมิติในเขตท้องที่ที่ตนรับผิดชอบ และมติคณะกรรมการโรคติดต่อจังหวัดแพร่ ครั้งที่ ๕/๒๕๖๓ เมื่อวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๓ จึงออกข้อกำหนดมาตรการแก่หน่วยงานทั้งหลายภายใต้หลักเกณฑ์ เงื่อนไข และเงื่อนไข ดังนี้

๑. ให้หัวหน้าส่วนราชการทุกส่วนราชการ ทุกหน่วยงาน อยู่ปฏิบัติหน้าที่ในพื้นที่จังหวัดแพร่ เพื่อติดตามสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) อย่างใกล้ชิดและให้เตรียมความพร้อมที่จะปฏิบัติงานตามนโยบายหรือข้อสั่งการของผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ตลอด ๒๔ ชั่วโมง และให้เตรียมความพร้อมด้านอุปกรณ์และบุคลากรในสังกัด เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติงานของจังหวัด ในกรณีที่มีความจำเป็นเร่งด่วนที่จะปฏิบัติหน้าที่ในการช่วยเหลือประชาชนในกรณีเกิดภาวะวิกฤต

๒. ห้ามข้าราชการ พนักงานราชการ ลูกจ้าง พนักงานส่วนท้องถิ่น พนักงานรัฐวิสาหกิจ และเจ้าหน้าที่ของรัฐทุกหน่วยงาน เดินทางออกนอกพื้นที่จังหวัดแพร่ ตั้งแต่วันที่ ๗ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๓ และให้ปฏิบัติราชการตามที่ผู้บังคับบัญชามอบหมายหรือปฏิบัติงานในที่หักตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงาน ก.พ. กำหนด ยกเว้น กรณีมีเหตุจำเป็นเร่งด่วนหรือไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ให้ขออนุญาตเดินทางไปยังพื้นที่ดังกล่าวต่อหัวหน้าหน่วยงานที่สังกัด แล้วรายงานให้ผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ทราบโดยด่วน สำหรับหัวหน้าหน่วยงาน นายอำเภอ และผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ต้องขออนุญาตพร้อมระบุเหตุผลความจำเป็นต่อผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่โดยตรง ทั้งนี้ หากมีการฝ่าฝืนให้หัวหน้าหน่วยงาน นายอำเภอ หรือผู้บังคับบัญชาพิจารณาดำเนินการทางวินัยต่อไป

๓. ในกรณีที่ข้าราชการหรือบุคลากรได้แจ้งเหตุความจำเป็นและขออนุญาตเดินทางออกนอกเขตจังหวัดแพร่แล้ว ให้มีมาตรการในการป้องกันตนเองจากการติดเชื้ออย่างเคร่งครัด และเมื่อกลับเข้ามายังจังหวัดแพร่ ต้องปฏิบัติตามมาตรการและข้อแนะนำที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ๑ และให้แยกสังเกตอาการในที่พัก เป็นเวลา ๑๔ วัน โดยไม่ถือเป็นวันลาตามข้อ ๑๕ ของระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการลาของข้าราชการ พ.ศ. ๒๕๕๕ หรือตามระเบียบอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ ให้ดำเนินการบันทึกรายละเอียดการเดินทางตามแบบรายงานสิ่งที่ส่งมาด้วย ๒ และส่งแบบรายงานไปยังสำนักงานจังหวัดแพร่ ทางโทรสารหมายเลข ๐ ๕๔๕๓ ๑๘๒๓ โดยให้หัวหน้าหน่วยงานเป็นผู้กำกับติดตามผู้นั้น ในการปฏิบัติตามมาตรการและข้อแนะนำที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดอย่างใกล้ชิด หากพบว่ามีอาการเข้าข่ายต้องสงสัยตามที่กระทรวงสาธารณสุขประกาศ ให้แจ้งสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดและรายงานผู้ว่าราชการจังหวัดทราบทันที

จึงเรียนมาเพื่อถือปฏิบัติโดยเคร่งครัด อนึ่ง ให้อำเภอแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ทราบและถือปฏิบัติด้วย

ขอแสดงความนับถือ



(นางกานต์เปรมปรีดิ์ ชิตานนท์)

ผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่

ผู้กำกับการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉินในพื้นที่จังหวัดแพร่

สำนักงานจังหวัด
กลุ่มงานบริหารทรัพยากรบุคคล
โทร/โทรสาร ๐ ๕๔๕๓ ๑๔๑๑

แบบรายงานเดินทางออกนอกพื้นที่เขตจังหวัดแพร่
เพื่อป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID - ๑๙)

คำชี้แจง : สำหรับข้าราชการและบุคลากรจังหวัดแพร่ ซึ่งต้องแยกสังเกตอาการในที่พัก กรณีเดินทางออกนอก
เขตจังหวัดแพร่ ตั้งแต่วันที่ ๗ - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๓ และได้รับอนุญาตและแจ้งเหตุผลความจำเป็นแล้ว

ชื่อ..... นามสกุล.....

ตำแหน่ง.....สังกัด.....

อายุ.....ปี วันเดือนปีเกิด.....ที่อยู่.....

หมายเลขโทรศัพท์.....

ข้าพเจ้าได้เดินทางไปยัง

เมื่อวันที่.....เดือน..... พ.ศ. ๒๕๖๓ เวลา.....น. โดยวิธี

รถยนต์ส่วนบุคคล รถยนต์โดยสารประจำทาง / รถขนส่งสาธารณะ รถราชการ

อื่นๆ โปรดระบุ.....

ระหว่างอาศัยในพื้นที่ดังกล่าว ข้าพเจ้าได้เดินทางไปยัง.....

ข้าพเจ้าได้เดินทางกลับจังหวัดแพร่ เมื่อวันที่.....เดือน..... พ.ศ. ๒๕๖๓
โดยถึงจังหวัดแพร่ เวลา.....น. โดยวิธี

รถยนต์ส่วนบุคคล รถยนต์โดยสารประจำทาง/ รถขนส่งสาธารณะ รถราชการ

อื่นๆ โปรดระบุ.....

ระหว่างแยกตัวเพื่อสังเกตอาการเป็นเวลา ๑๔ วัน นับจากวันที่เดินทางกลับถึงจังหวัดแพร่
สามารถติดต่อข้าพเจ้าได้ที่.....

กรณีที่ไม่สามารถติดต่อข้าพเจ้าได้ ให้ติดต่อหมายเลขโทรศัพท์.....

ทั้งนี้ มีบุคคลใกล้ชิดข้าพเจ้า ดังนี้

๑.....

๒.....

๓.....

ลงชื่อ.....

()

ข้าราชการ/บุคลากรที่เดินทางกลับเข้าจังหวัด

ลงชื่อ.....

()

หัวหน้าส่วนราชการ/ผู้บังคับบัญชา

คำแนะนำการป้องกันควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
สำหรับผู้เดินทางไป - กลับจากพื้นที่การระบาด

● คำแนะนำสำหรับผู้เดินทาง

ระหว่างเดินทาง

1. ผู้ที่จะเดินทางควรเตรียมร่างกายให้พร้อม หากมีโรคประจำตัว ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ และปฏิบัติ ตามคำแนะนำด้านสาธารณสุขอื่นๆ อย่างเคร่งครัด
2. และเน้นการรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล เช่น การล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่ เตรียมเจล แอลกอฮอล์ พกติดตัว สวมหน้ากากอนามัย เป็นต้น
3. หลีกเลี่ยงการเข้าไปพื้นที่แออัด หรือที่ชุมชนสาธารณะที่มีคนอยู่เป็นจำนวนมาก และหลีกเลี่ยง การคลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วยระบบทางเดินหายใจ หรือผู้ที่มีอาการไอ หรือจาม
4. ระหว่างการเดินทาง หากมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ หรือมีน้ำมูก ควรไปพบแพทย์ทันทีเพื่อรับการตรวจ วินิจฉัยและรักษาอย่างถูกต้อง พร้อมขอใบรับรองแพทย์หากไม่ได้ป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
5. เมื่อจะเดินทางกลับ หากมีอาการป่วยก่อนโดยสารเครื่องบิน ต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่สายการบินทราบ ล่วงหน้าเพื่อประเมินความเสี่ยงต่อการแพร่กระจายเชื้อ

หลังเดินทางกลับมายังประเทศไทย

1. ให้ความร่วมมือปฏิบัติตามขั้นตอนการคัดกรองผู้เดินทาง และมาตรการป้องกันควบคุมโรคของ กระทรวงสาธารณสุข
2. สังเกตอาการตนเอง วัดไข้ตนเองด้วยปรอทวัดไข้ทุกวัน จนครบ 14 วัน งดการออกไปในที่ชุมชน สาธารณะโดยไม่จำเป็น งดการใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว ซ้อนส้อม เป็นต้น และงดการ พุดคุยกับผู้อื่นในระยะใกล้กันเกินกว่า 1 เมตร
3. งดการไปร่วมกิจกรรมที่มีคนจำนวนมาก งดการเข้าประชุม การไปสถานที่ที่คนพลุกพล่าน เช่น ตลาด ห้างสรรพสินค้า ควรอยู่ในที่พักอาศัยเป็นหลัก
4. สำหรับผู้เดินทางกลับมา และไม่ได้มีอาการป่วย ไม่จำเป็นต้องไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจหาเชื้อ เนื่องจากส่วนใหญ่จะตรวจไม่พบเชื้อในระยะเวลาที่ยังไม่แสดงอาการ และอาจทำให้เกิดความเข้าใจผิดว่าไม่ได้ป่วย ด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้เมื่อมีอาการป่วยในภายหลัง
5. หลังกลับจากพื้นที่มีการระบาด ภายใน 14 วัน หากมีอาการป่วย ไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก เจ็บคอ ให้สวมหน้ากากอนามัย หากมีอาการหอบ หรือหายใจลำบาก ควรรีบไปพบแพทย์พร้อมทั้งแจ้งประวัติการเดินทาง
6. หากพบแพทย์และได้รับการตรวจทางห้องปฏิบัติการไม่พบเชื้อในครั้งแรก แต่มีอาการป่วยมากขึ้น ขอให้ไปพบแพทย์อีกครั้ง เนื่องจากการเก็บตัวอย่างครั้งแรกอาจเร็วเกินไปจึงทำให้ไม่พบเชื้อได้



คำแนะนำการแยกสังเกตอาการที่บ้าน (Home Quarantine)
ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

กระทรวงสาธารณสุข

ผู้ที่เดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยงที่เป็นเขตติดโรคติดต่ออันตรายและพื้นที่ที่มีการระบาดต่อเนื่อง และไม่ได้มีอาการป่วย หรือผู้ที่สัมผัสกับผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ควรแยกเพื่อสังเกตอาการที่บ้านเป็นระยะเวลา 14 วัน (ระยะฟักตัวของเชื้อโรค) เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค โดยแบ่งเป็นกรณีอยู่บ้านคนเดียว กรณีอยู่ในบ้านร่วมกับครอบครัว/พักร่วมกับผู้อื่น และกรณีอยู่ในอาคารชุด (หอพัก คอนโดมีเนียม อพาร์ทเมนต์) ควรปฏิบัติตามคำแนะนำดังนี้

1. การเตรียมความพร้อมด้านสถานที่พัก และอุปกรณ์เครื่องใช้

- 1) มีการแยกห้องนอนและห้องน้ำของผู้ที่เดินทางกลับมาจากพื้นที่เสี่ยงออกจากสมาชิกอื่น ทั้งนี้ ห้องพักควรมีลักษณะโปร่ง มีอากาศถ่ายเทดี มีแสงแดดเข้าถึงได้
- 2) มีการแยกของใช้ส่วนตัว (เสื้อผ้า ผ้าห่ม ผ้าเช็ดตัว งาน ชาม ช้อน แก้วน้ำ) รวมทั้งให้แยกทำความสะอาด
- 3) มีอุปกรณ์ป้องกันการติดเชื้อสำหรับผู้เดินทางกลับมาจากพื้นที่เสี่ยง เช่น หน้ากากอนามัย สบูเจลแอลกอฮอล์
- 4) มีอุปกรณ์สำหรับทำความสะอาด เช่น ไม้ถูพื้น ผ้าสำหรับเช็ดทำความสะอาด ถุงมือ น้ำยาทำความสะอาด สารฟอกขาว ถุงขยะ

2. การปฏิบัติตัวของของผู้ที่เดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง ระหว่างการแยกสังเกตอาการ ณ ที่พักอาศัย เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่น

ก. กรณีอยู่บ้านคนเดียว

- 1) วัดอุณหภูมิทุกวัน หากพบว่ามีไข้ อุณหภูมิ ≥ 37.5 องศาเซลเซียส ร่วมกับอาการทางเดินหายใจ เช่น ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หอบเหนื่อย ให้ไปพบแพทย์ โดยแจ้งเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อ หรือแจ้ง 1669 เพื่อประสานการรับตัว ทั้งนี้ต้องไม่ใช้รถสาธารณะในการเดินทาง หรือเดินทางด้วยรถยนต์ส่วนตัว หรือรถรับจ้างที่ไม่เปิดเครื่องปรับอากาศ โดยสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา
- 2) ดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล ด้วยการล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่อย่างน้อย 20 วินาที กรณีไม่มีน้ำและสบู่ ให้ลูบมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้นอย่างน้อย 70% ปิดปากจมูกด้วยกระดาษทิชชูทุกครั้งที่ไอจาม โดยปิดถึงคาง แล้วทิ้งทิชชูลงในถุงพลาสติกและปิดปากถุงให้สนิทก่อนทิ้ง หรือใช้แขนเสื้อปิดปากจมูกเมื่อไอหรือจาม และทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์หรือล้างมือด้วยน้ำและสบู่ทันที
- 3) แยกรับประทานอาหาร หากมีผู้จัดอาหาร หรือสั่งอาหารจากแหล่งอื่น ให้กำหนดจุดรับอาหาร เพื่อป้องกันการสัมผัสใกล้ชิด

- 4) กรณีจำเป็นต้องพบปะผู้อื่น ให้ใช้หน้ากากอนามัย และรักษาระยะห่างไม่น้อยกว่า 1-2 เมตรหรือ 1-2 ช่วงแขน หรือใช้เวลาพบปะผู้อื่นให้สั้นที่สุด
- 5) ให้แยกขยะ เป็น 2 ประเภท แล้วใส่ลงถังเพื่อให้มีการนำไปกำจัดต่อไป
 - ขยะทั่วไป เช่น ถุงพลาสติก ภาชนะใส่อาหารแบบใช้ครั้งเดียว ขวด เป็นต้น ให้เก็บรวบรวมเป็นขยะทั่วไป
 - ขยะที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย สารคัดหลั่ง เช่น หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู เป็นต้นในแต่ละวันให้เก็บรวบรวมและทำลายเชื้อ โดยใส่ถุงขยะ 2 ชั้น และทำลายเชื้อโดยราดด้วยน้ำยาฟอกขาว แล้วมัดปากถุงให้แน่น นำไปทิ้งร่วมกับขยะทั่วไป
 ภายหลังจัดการขยะ ให้ล้างมือด้วยน้ำและสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ทันที
- 6) ทำความสะอาด โถส้วม อ่างล้างมือ หลังใช้งาน
- 7) งดกิจกรรมนอกบ้าน หยุดงาน หยุดเรียน งดไปในที่ชุมชน งดใช้ขนส่งสาธารณะ

ข. กรณีต้องอยู่บ้านร่วมกับครอบครัว/พักร่วมกับผู้อื่น

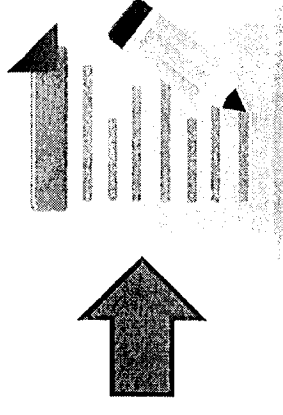
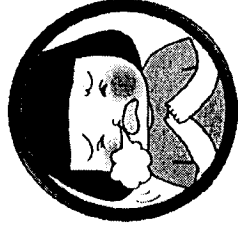
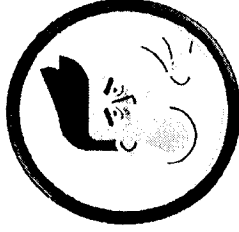
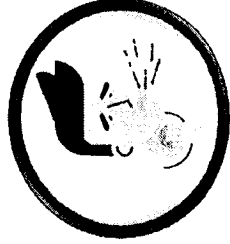
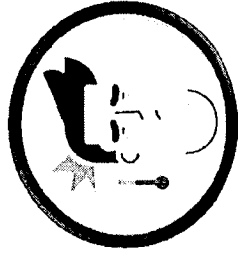
■ ข้อปฏิบัติสำหรับผู้เดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง

- 1) วัดอุณหภูมิกายทุกวัน หากพบว่าไข้ อุณหภูมิ ≥ 37.5 องศาเซลเซียส ร่วมกับอาการทางเดินหายใจเช่น ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หอบเหนื่อย ให้ไปพบแพทย์ โดยแจ้งเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อ หรือแจ้ง 1669 เพื่อประสานการรับตัว ทั้งนี้ต้องไม่ใช้รถสาธารณะในการเดินทางหรือเดินทางด้วยรถยนต์ส่วนตัว หรือรถรับจ้างที่ไม่เปิดเครื่องปรับอากาศ โดยสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา
- 2) ดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล ด้วยการล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำและสบู่อย่างน้อย 20 วินาที กรณีไม่มีน้ำและสบู่ ให้ลูบมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ที่มีความเข้มข้นอย่างน้อย 70% ปิดปากจมูกด้วยกระดาษทิชชูทุกครั้ง ไอจาม โดยปิดถึงคาง แล้วทิ้งทิชชูลงในถุงพลาสติกและปิดปากถุงให้สนิทก่อนทิ้ง หรือใช้แขนเสื้อปิดปากจมูกเมื่อไอหรือจาม และทำความสะอาดมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ หรือล้างมือด้วยน้ำและสบู่ทันที
- 3) หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดบุคคลอื่นในที่พักอาศัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่างๆ และควรอยู่ห่างจากคนอื่นๆ ไม่น้อยกว่า 1-2 เมตร หรือ 1-2 ช่วงแขน หรือใช้เวลาพบปะผู้อื่นให้สั้นที่สุด
- 4) ให้แยกห้องนอน ไม่ใช่ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เสื้อผ้า ผ้าเช็ดหน้า ผ้าห่ม ผ้าเช็ดตัว จาน ชาม ช้อน แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ โทรศัพท์) รวมทั้งให้แยกทำความสะอาด
- 5) จัดให้มีน้ำดื่มแยกเฉพาะ แยกการรับประทานอาหาร ไม่รับประทานอาหารร่วมกับคนในครอบครัว ให้ตักแบ่งอาหารมารับประทานต่างหาก และเก็บล้างภาชนะด้วยน้ำยาล้างจาน ผึ่งให้แห้งและตากแดด
- 6) ให้แยกขยะ เป็น 2 ประเภท แล้วใส่ลงถังเพื่อให้มีการนำไปกำจัดต่อไป
 - ขยะทั่วไป (เช่น ถุงพลาสติก ภาชนะใส่อาหารแบบใช้ครั้งเดียว ขวด เป็นต้น) ให้เก็บรวบรวมเป็นขยะทั่วไป
 - ขยะที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย สารคัดหลั่ง เช่น หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู เป็นต้นในแต่ละวันให้เก็บรวบรวมและทำลายเชื้อ โดยใส่ถุงขยะ 2 ชั้น และทำลายเชื้อโดยราดด้วยน้ำยาฟอกขาว แล้วมัดปากถุงให้แน่น นำไปทิ้งร่วมกับขยะทั่วไป
 ภายหลังจัดการขยะ ให้ล้างมือด้วยน้ำและสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ทันที

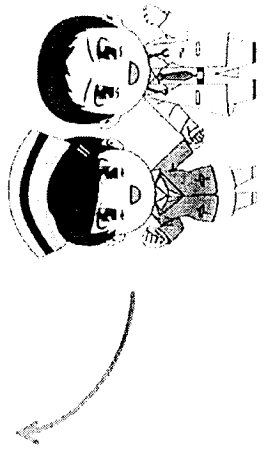
วิธีการเฝ้าระวังอาการป่วยในช่วงการกักกัน หรือคุมไว้สังเกตในที่พักอาศัย

วัดอุณหภูมิร่างกายตนเองทุกวัน

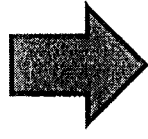
สังเกตอาการไข้ ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หายใจลำบาก ครั่นเนื้อตัว และอื่นๆ



บันทึกในรายงานที่กำหนด
เป็นประจำทุกวัน



เจ้าหน้าที่ในพื้นที่จะติดตามอาการทุกวัน



หากมีอุณหภูมิร่างกาย 37.5 องศาขึ้นไป
หรือพบอาการผิดปกติอย่างใดอย่างหนึ่ง
ให้แจ้งเจ้าหน้าที่ในพื้นที่ทราบทันที

