



คำแนะนำการปฏิบัติการกักตัวที่ โรงพยาบาลสนามจุฬาฯ สำหรับผู้ป่วยโควิด-19 (COVID-19)

ผู้ป่วยโควิด-19 ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง จำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษา และ กักตัวที่โรงพยาบาลสนาม 14 วัน แล้วไปพักฟื้นที่บ้านหรือสถานพักฟื้น ผู้ป่วยที่มีอาการน้อยหรืออาการดีขึ้นแล้ว แต่เชื้อไวรัสที่ก่อโรคโควิด-19 อาจจะมีอยู่ในน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วยยาวนานอย่างน้อย 2 สัปดาห์หลังจากเริ่มป่วย ดังนั้นผู้ป่วยโควิด-19 ต้องกักตัวที่โรงพยาบาลสนาม 14 วัน นับตั้งแต่วันที่เริ่มป่วย

ผู้ป่วยที่มีอาการข้อใดข้อหนึ่งต่อไปนี้ระหว่างรับไว้ใน sw.ทีมแพทย์พยาบาลจะประเมินอาการและพิจารณาย้ายไปโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

- ใช้ BT $\geq 38.5^{\circ}\text{C}$ สองครั้ง หรือ $\geq 39^{\circ}\text{C}$
- ไอมาก เหนื่อย หอบ แน่นหน้าอก
- SpO2 $< 95\%$
- มีอาการรุนแรงอื่น ที่แพทย์พิจารณาว่าควรย้ายไปรับการดูแลรักษาที่โรงพยาบาล

เกณฑ์จำหน่ายผู้ป่วยกลับบ้าน

เมื่อครบ 14 วัน นับจากวันที่ผลเป็นบวกครั้งแรก โดยนับวันที่ผลบวกครั้งแรกเป็นวันที่ 1 (D1) และ จำหน่ายผู้ป่วยในวันที่ 15 (D15) พิจารณา Nasopharyngeal swab PCR เฉพาะรายที่แพทย์เห็นสมควร



ข้อปฏิบัติตน สำหรับผู้ป่วยโควิด-19 ควรปฏิบัติตนในระหว่างกักตัวอย่างเคร่งครัด

1. ไม่ให้บุคคลอื่นมาเยี่ยมระหว่างที่แยกตัว
2. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือถูมือด้วยแอลกอฮอล์เจล (หากมือเปื้อน) เป็นประจำ โดยเฉพาะ
 - 2.1) ภายหลังสัมผัสน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ ชะนะไอ จาม หรือหลังจากถ่ายปัสสาวะ หรืออุจจาระ
 - 2.2) ก่อนสัมผัสจุดเสี่ยงที่มีผู้อื่นใช้ร่วมกัน เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได ฯลฯ
3. ต้องอยู่ในโรงพยาบาลสนามตลอดเวลา หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น โดยเฉพาะผู้สูงอายุ เด็กเล็ก ผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่าง ๆ ควรสวมหน้ากากอนามัยหากยังมีอาการไอจามเป็นระยะ
4. หากจำเป็นต้องเข้าใกล้ผู้อื่นต้องสวมหน้ากากอนามัยและอยู่ห่างอย่างน้อย 1 เมตร (ยกเว้นในกรณีที่เป็นมารดาให้นมบุตร ยังสามารถให้นมบุตรได้ เนื่องจากไม่พบเชื้อในน้ำนม แต่มารดาควรสวมหน้ากากอนามัยและล้างมืออย่างเคร่งครัดทุกครั้งก่อนสัมผัสหรือให้นมบุตร) หากไอจามไม่ควรเข้าใกล้ผู้อื่นหรืออยู่ห่างอย่างน้อย 2 เมตร
5. หากไอจามขณะที่สวมหน้ากากอนามัยอยู่ไม่ต้องเอามือมาปิดปาก เนื่องจากมืออาจเปื้อน หากไอจามขณะที่ไม่ได้สวมหน้ากากอนามัยให้ใช้แขนหรือข้อศอกปิดปาก จมูก



6. **ใช้ห้องน้ำ** ให้ปิดฝาชักโครกก่อนกดน้ำทำความสะอาดโถส้วมสุขภัณฑ์หรือพื้นที่ที่อาจเปื้อนเสมหะ น้ำมูก อุจจาระ ปัสสาวะหรือสารคัดหลั่งด้วยน้ำและน้ำยาฟอกผ้าขาว โซเดียมไฮโปคลอไรด์เข้มข้น 0.5% (ผสมน้ำยาฟอกขาว 1 ส่วนต่อน้ำ 9 ส่วน)
7. **แยกสิ่งของส่วนตัว** ไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น เช่น จาน ชาม ช้อนส้อม แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว โทรศัพท์ คอมพิวเตอร์ ฯลฯ
8. **ไม่ร่วมรับประทานอาหารกับผู้อื่น** ควรให้ผู้อื่นจัดหามาให้แล้วแยกรับประทานคนเดียว
9. **ซักเสื้อผ้า** ผ้าขนหนู ฯลฯ ด้วยน้ำและสบู่หรือผงซักฟอก ถ้าทำได้ซักผ้าด้วยน้ำร้อนที่อุณหภูมิ 70-90 องศาเซลเซียส
10. **แยกถุงขยะของตนต่างหาก** ขยะทั่วไปให้ทิ้งลงถุงได้ทันที ขยะที่อาจปนเปื้อนเสมหะ น้ำมูก สารคัดหลั่งอื่น ๆ เช่น หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชู ฯลฯ ให้ทิ้งในถุงพลาสติก เติมน้ำยาฟอกผ้าขาวโซเดียมไฮโปคลอไรด์ 0.05% (น้ำยาฟอกขาว 1 ส่วนต่อน้ำ 99 ส่วน) ลงในถุงเพื่อฆ่าเชื้อก่อนแล้วผูกปากถุงให้สนิท ก่อนทิ้งรวมกับขยะทั่วไปหลังจากนั้นต้องล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ทุกครั้ง
11. **นอนพักผ่อนมาก ๆ** ในห้องที่อากาศไม่เย็นเกินไปและมีอากาศถ่ายเทสะดวก ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ งดดื่มน้ำเย็นจัด พยายามรับประทานอาหารให้ครบถ้วนตามหลักโภชนาการ
12. **หากมีอาการป่วยเกิดขึ้นใหม่หรืออาการเดิมมากขึ้น** เช่น ไข้สูง ไอมาก เหนื่อย แน่นหน้าอก หอบ หายใจไม่สะดวก เบื่ออาหาร ให้รีบติดต่อเจ้าหน้าที่พยาบาลทันที เพราะโรคนี้อาจมีอาการรุนแรงมากขึ้นในช่วงสัปดาห์ที่ 2 ของความเจ็บป่วยได้



13. ระหว่างการแยกตัว ทำความสะอาดเป็นประจำบริเวณพื้นที่ที่ผู้ป่วยพัก หรือจับต้องและ
เครื่องเรือนเครื่องใช้ เช่น เติ่ง โต๊ะ เก้าอี้ โทรศัพท์ ฯลฯ ด้วยน้ำและผงซักฟอกอย่าง
เหมาะสมกับวัสดุอุปกรณ์ ภายหลังครบกำหนดการแยกตัวข้างต้นให้ทำความสะอาดให้
ทั่วถึงที่สุดเท่าที่ทำได้ด้วยน้ำยาฟอกผ้าขาวโซเดียมไฮโปคลอไรท์เข้มข้น 0.5% ข้างต้น