



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

แนวปฏิบัติด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ลดความเสี่ยงการระบาด

โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันในทุกพื้นที่และทุกกลุ่มวัย

.....

เมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖ พบสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคระบบทางเดินอาหาร ทั้งในจังหวัด จันทบุรี และจังหวัดภูเก็ต ซึ่งส่งผลทำให้เกิดผู้ป่วยจากภาวะอุจจาระร่วงเฉียบพลัน จำนวนหลายราย ซึ่งพื้นที่การระบาดเกิดขึ้นในสถานที่ต่าง ๆ ได้แก่ โรงเรียน ศูนย์เด็กเล็ก โรงแรม รีสอร์ท โดยกระจายตัวในหลายพื้นที่ เบื้องต้นพบสาเหตุจากเชื้อโนโรไวรัส (Norovirus) เป็นไวรัสที่ทำให้เกิดการอักเสบของระบบทางเดินอาหาร ไวรัสนี้มีระยะการป่วยได้ง่ายและรวดเร็ว แม้ร่างกายได้รับเชื้อในปริมาณเพียงเล็กน้อย โอกาสที่เชื้อปนเปื้อนในแหล่งอาหารและน้ำดื่มมีสูง โดยเฉพาะช่วงที่มีภาวะอากาศเย็น ช่วงฤดูฝน และหากแหล่งผลิตอาหารและน้ำดื่มมีการจัดการดูแลสุขลักษณะการประกอบกิจการไม่สะอาด มีการปนเปื้อนเชื้อโรคดังกล่าว จึงทำให้พบกลุ่มติดเชื้อกระจายไปทุกกลุ่มวัย ที่รับสัมผัสอาหารและน้ำดื่มที่ปนเปื้อนในที่สุด กรมอนามัย มีความห่วงใยสุขภาพประชาชน จึงมีคำแนะนำการดูแลสุขลักษณะของสถานประกอบการ กิจการ หรือสถานที่เสี่ยง รวมทั้งการส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยที่ดีสำหรับประชาชน ในการลดความเสี่ยงการแพร่ระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน ดังนี้

แนวทางปฏิบัติสำหรับหน่วยงานภาคการสาธารณสุข

๑. ทีมปฏิบัติการด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

๑.๑ สสำรวจ ประเมินสุขลักษณะของสถานที่ที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อโรค สถานประกอบการ กระบวนการผลิตของสถานประกอบการ กิจการ และแหล่งผลิตอาหารและน้ำดื่มที่ใช้ เช่น ร้านจำหน่ายอาหาร ตลาดสด ระบบประปาชุมชน โรงงานผลิตน้ำแข็ง น้ำดื่ม เป็นต้น เพื่อเป็นการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของเชื้อโรคที่ก่อให้เกิดโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน พร้อมวิเคราะห์ ประเมินสถานการณ์แนวโน้มของการเกิดภาวะเจ็บป่วยของประชาชน

๑.๒ ให้คำแนะนำในการดูแล ควบคุม กำกับการประกอบ การจัดการกระบวนการผลิตของสถานประกอบการ กิจการ แหล่งผลิตอาหารและน้ำดื่มให้มีความสะอาด มีการฆ่าเชื้อโรคในพื้นที่เสี่ยง การปนเปื้อนเชื้อโรค การดูแลสวมให้สะอาดอยู่เสมอ รวมทั้งดูแลสุขอนามัยที่ดีของพนักงาน เจ้าหน้าที่ผู้ปรุงประกอบอาหาร หรือผู้ที่มีการสัมผัสอาหารและน้ำดื่ม เน้นย้ำกระบวนการป้องกันการปนเปื้อนของเชื้อโรคของพนักงาน เช่น สวมผ้ากันเปื้อน หมวกคลุมผม ถู่มือ ใช้อุปกรณ์คีบหยิบจับอาหารทุกครั้ง และล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำสะอาดและสบู่

๑.๓ สื่อสาร สร้างการรับรู้ให้แก่ผู้ประกอบการ ผู้ดูแลสถานที่ผลิต และจำหน่ายอาหาร ครู นักเรียน ให้มีการสังเกต ประเมินความเสี่ยงในพื้นที่และจุดที่มีความเสี่ยงการปนเปื้อนเชื้อโรค และการดูแลสุขลักษณะของอาคาร สถานที่ต่าง ๆ ให้สะอาด มีการฆ่าเชื้อโรค และมีการจัดการขยะอย่างถูกต้อง ไม่มีสัตว์พาหะและแหล่งเพาะพันธุ์เชื้อโรค รวมทั้งควรส่งเสริมการมีพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลที่ดี เช่น กินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลางของตนเอง การล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ ก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำห้องส้วม รวมทั้งเมื่อสัมผัสจุดสัมผัสร่วม

๒. สถานบริการสาธารณสุข ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการดูแลรักษาผู้ป่วยและให้บริการทางสุขภาพประชาชน ควรเร่งสื่อสาร สร้างการรับรู้ สร้างความตระหนัก ส่งเสริมความรู้ประชาชนให้มีการดูแล สุขภาพตนเองและครอบครัว ลดความเสี่ยงการระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน และมีทีมแพทย์ พยาบาล อสม. ร่วมลงพื้นที่ให้ความรู้ ประชาชนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในช่วงที่มีสถานการณ์การระบาดของโรค

แนวทางปฏิบัติสำหรับประชาชน

๑. ดูแลตนเอง และครอบครัวด้วยการมีพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลที่ดี เช่น กินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลางของตนเอง การล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์ ก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำ ห้องส้วม รวมทั้งเมื่อสัมผัสผู้สัมผัสร่วม

๒. หมั่นสังเกต เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ และรับประทานอาหารในร้านจำหน่ายอาหารที่สะอาด ผู้ประกอบปรุงอาหารมีสุขอนามัย ดูแลสุขลักษณะอาคารสถานที่ที่ดี สถานที่ผลิตน้ำดื่ม น้ำแข็งได้มาตรฐาน มีความน่าเชื่อถือ เพื่อลดความเสี่ยงการระบาดของโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน

๓. ผู้ดูแลเด็กเล็ก ครู จัดบริการจุดล้างมือพร้อมสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ พร้อมให้ความรู้แก่นักเรียนในการ ดูแลสุขภาพและส่งเสริมพฤติกรรมอนามัยส่วนบุคคลของนักเรียน เช่น หมั่นล้างมือก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำห้องส้วม กินอาหารปรุงสุกใหม่ เป็นต้น

๔. หากพบตนเองและคนในครอบครัว มีอาการอุจจาระร่วงเฉียบพลันและมีความเสี่ยงเกิดภาวะร่างกาย สูญเสียเกลือแร่ อ่อนแรง เบื่อจืดให้ดื่มเกลือแร่ Oral Rehydration Salt (ORS) และให้รีบแจ้งเจ้าหน้าที่ ทางการแพทย์ใกล้บ้าน หรือโทรสายด่วน ๑๖๖๙ ทันที รวมทั้งรีบไปโรงพยาบาลหรือสถานบริการสาธารณสุข โดยเร็ว

เอกสารอ้างอิง

๑. อุจจาระร่วงเฉียบพลัน. โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์. <https://www.bumrungrad.com/th/about-us/bumrungrad-international-hospital>. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖.
๒. เตือนประชาชนระมัดระวังโรคอุจจาระร่วง. สำนักสื่อสารความเสี่ยงและพฤติกรรมสุขภาพ. กรมควบคุมโรค. <https://www.ddc.moph.go.th/brc/news.php?news=๑๖๕๙๐&deptcode=brc>. สืบค้นข้อมูล เมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖.
๓. แนวทางการจัดการสุขาภิบาลอาหารและน้ำสะอาด. สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ. กรมอนามัย. <https://foodsafety.anamai.moph.go.th/th/handbook>. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖.
๔. การเลือกซื้อและเก็บน้ำแข็งให้ปลอดภัย. สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ. กรมอนามัย. <https://foodsafety.anamai.moph.go.th/th/infographic/๔๔๑๔>. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖.
๕. เกณฑ์มาตรฐานส้วมสาธารณะ. สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม. กรมอนามัย. <https://env.anamai.moph.go.th/th/toilet-has>. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖.
๖. การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ. สำนักส่งเสริมสุขภาพ. กรมอนามัย. <https://hp.anamai.moph.go.th/th/manuals-of-official/๒๐๙๐๒๔>. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖.

จัดทำโดย

กองอนามัยฉุกเฉิน กรมอนามัย
ข้อมูล ณ วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖