

แนวทางรับมือโรคระบาดสำหรับหน่วยงานที่มีความเสี่ยงสูง (V2)

Aaron Green, Chen Shen และ Yaneer Bar-Yam
New England Complex Systems Institute

13 มีนาคม 2563

**บ้านพักคนชรา หอพัก สถานะบริหาร สถานะพักฟื้น หอผู้ป่วย
จิตเวช และเรือนจำ** ล้วนถือเป็นหน่วยงานที่มีความเสี่ยงสูงต่อการแพร่
กระจายของเชื้อ โครonavirus-19 เป็นโรคติดต่อที่แพร่กระจายได้รวดเร็ว และ
ทำให้ผู้ติดเชื้อประมาณ 20% ต้องเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาล 10% ต้อง
เข้าไอซียู และ 2-4% เสียชีวิต โอกาสที่จะเกิดภาวะแทรกซ้อนเพิ่มขึ้น
อย่างรวดเร็วในผู้ที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไปซึ่งมีโรคประจำตัว เช่น ภาวะหัวใจ
ล้มเหลวและโรคหลอดเลือดหัวใจตีบร่วมด้วย เชื้อไวรัสโคโรนา-19 สามารถ
แพร่ได้แม้ผู้ป่วยจะมีการเพียงเล็กน้อย (ไอ จาม หรือมีไข้) และอาจจะ
ก่อนแสดงอาการใด ๆ ด้วยซ้ำ การลดโอกาสที่จะแพร่เชื้อถือเป็นสิ่งสำคัญ
อย่างยิ่งยวดในหน่วยงานที่มีความเสี่ยงสูง ดังที่เห็นในกรณี เรือนจำเหรินเฉิง
(Ren Cheng) ของจีน และโรงพยาบาลของโดแนม (Cheongdo Dae-
nam) ในเกาหลีใต้ ต่อไปนี้เป็นแนวทางในการป้องกันโดยการขัดขวางไม่ให้
เชื้อจากภายนอกแพร่เข้าไป

กฎเกณฑ์ทั่วไป

บุคคลภายนอก

- งดรับบุคคลภายนอกที่ไม่จำเป็น
- จำกัดทางเข้า/ออก และวางเจ้าหน้าที่ไว้ที่ตำแหน่งดังกล่าว เพื่อ
สอบถามวัตถุประสงค์ของการมาเยือน ประวัติอาการเจ็บป่วย
ประวัติการเดินทางไปยังบริเวณที่มีการแพร่กระจายของเชื้อ และการ
สัมผัสกับคนที่มีการ ตรวจหาไข้ด้วยเครื่องวัดอุณหภูมิหน้าผากแบบ
อินฟราเรด
- ควรทยอยให้บุคคลภายนอกเข้ามาเพื่อหลีกเลี่ยงความแออัด
- ติดตามทางปฏิบัติที่ดีที่จัดทำขึ้นในรูปแบบที่อ่านง่ายและแปลเป็น
ภาษาต่าง ๆ ที่ใช้ในพื้นที่ ไล่ตามพื้นที่สาธารณะเพื่อให้พนักงาน ผู้
พักอาศัย และบุคคลภายนอกได้เห็น

สุขอนามัย

- แนะนำให้ผู้อยู่อาศัยและพนักงานหลีกเลี่ยงการสัมผัสและต้องพื้นผิว
ที่ผู้คนสัมผัสและต้องบ่อย ๆ โดยตรง ซึ่งรวมถึงมือจับประตู ปุ่ม
ลิฟต์ อ่างล้างจาน โต๊ะและเครื่องจักร เครื่องใช้ไฟฟ้า อุปกรณ์
อิเล็กทรอนิกส์ และอุปกรณ์อื่นใดที่ต้องสัมผัสและต้องบ่อย ๆ ควรใช้
ประตูอัตโนมัติหรือพกดึงประตู กระจกกดปุ่มกด หลงพลาสติก หรือวัสดุใช้
แล้วทิ้งอื่นๆ เพื่อการนี้
- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อพื้นผิวที่ผู้คนสัมผัสและต้องบ่อย ๆ ให้ถี่
กว่าเดิม
- เพิ่มความถี่ในการตรวจสอบและดูแลให้แน่ใจว่ามีเครื่องจ่ายน้ำยา
ล้างมือและทิชชูเช็ดมือในห้องน้ำเพียงพอตลอดทั้งวัน
- ตั้งเครื่องกดน้ำยาทำความสะอาดมือไว้ที่ทางเข้า/ออกและบริเวณที่
คนพลุกพล่าน
- เตรียมทิชชูและกระดาษเช็ดมือแอลกอฮอล์ให้พร้อมใช้

พนักงานและสิ่งแวดล้อมภายในองค์กร

- ให้ความรู้แก่พนักงานและครอบครัว รวมถึงผู้พักอาศัยและครอบครัว
ว่าด้วยช่องทางการแพร่เชื้อและวิธีป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนา

- อย่ากับพนักงานว่าพวกเขาต้องหยุดงานและหยุดประชุมแม้จะเป็นการ
ประชุมส่วนตัวทันทีแม้จะมีอาการเพียงเล็กน้อย แต่ยังคงได้รับค่าจ้าง
และไม่ถูกลงโทษใด ๆ ที่ลาป่วย วางระบบรับแจ้งข้อมูลต่าง ๆ จาก
พนักงาน
- ดูแลให้แน่ใจว่าพนักงานมีกรรมธรรม์ประกันสุขภาพที่ครอบคลุม เพื่อให้
ให้พวกเขากล้าไปพบแพทย์ทันที แม้จะมีอาการเพียงเล็กน้อย
- วางแผนจัดหาพนักงานทดแทนในกรณีที่พนักงานล้มป่วย ไม่ว่าจะคน
เดียวหรือหลายคน
- ติดตามข้อมูลและคำแนะนำล่าสุดอยู่เสมอ
- ประชุมออนไลน์แทนที่จะประชุมแบบพบหน้ากัน

กฎเกณฑ์เข้มงวดในพื้นที่ที่มีการแพร่ระบาด

หน่วยงานที่มีความเสี่ยงสูง ต้องปฏิบัติตามแนวทาง การสร้างพื้นที่
ปลอดภัยเพื่อรักษาสถานะปลอดภัยไว้

บุคคลภายนอก

- สนับสนุนกลยุทธ์พื้นที่ปลอดภัย โดยกำหนดให้อาณาเขตของหน่วย
งานเป็นพื้นที่ที่ต้องไม่มีการสัมผัสและต้องที่อาจนำไปสู่การแพร่เชื้อ
เด็ดขาด
- หากเป็นไปได้ โปรดหลีกเลี่ยงการติดต่อกับบุคคลภายนอก โดยให้ใช้
การส่งข้อความ โทรศัพท์ และการประชุมทางวิดีโอในการสื่อสารแทน
- ในกรณีที่จำเป็นต้องต้อนรับบุคคลภายนอก แนะนำให้กำหนดพื้นที่
สำหรับประชุมกับบุคคลภายนอกไว้โดยเฉพาะ ซึ่งควรเป็นพื้นที่ที่ทุก
คนจะอยู่ห่างกันได้ในระยะที่ปลอดภัย (2 เมตร) ใช้ระบบวิดีโอในการ
สื่อสาร และมีกระจกกัน
- ควรใช้หน้ากาก (N95 ถ้าเป็นไปได้) แม้จะยังไม่มียารักษาของโรค
ระบาด
- การส่งของใด ๆ ควรทำโดยพนักงานเพียงหนึ่งคน ซึ่งไม่มีการของ
โรคและไม่มีประวัติสัมผัสติดต่อกับผู้ติดเชื้อในช่วงที่ผ่านมา (14-21
วัน)
- ควรใช้วิธีส่งของโดยไม่ต้องพบหน้าในพื้นที่ที่อยู่นอกตัวอาคารหาก
เป็นไปได้
- ควรอนุญาตให้เฉพาะผู้ที่มีผลตรวจเป็นลบ (เพิ่งตรวจไม่นาน) เข้ามา
ภายในหน่วยงาน

กิจกรรมที่มีการพบปะใกล้ชิด รวมถึงรับประทานอาหาร

- ห้ามจัดการชุมนุมและประชุมใด ๆ รวมถึงยกเลิกบริการและโครงการใด ๆ ที่ต้องมีการเดินทางหรือสัมผัสกันโดยไม่จำเป็น
- ห้ามจัดกิจกรรมและเกมใด ๆ ที่บุคคลจำนวนมากต้องหยิบจับวัตถุเดียวกัน (เกมไพ่ เช่น บริดจ์หรือโป๊กเกอร์ บิลเลียด)
- พิจารณาลดการออกกำลังกายที่หนักเกินไป ซึ่งอาจทำให้ระบบหัวใจและหลอดเลือดทำงานหนัก และเพิ่มความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย
- ปิดสิ่งอำนวยความสะดวกส่วนกลาง เช่น ห้องสมุด ห้องนั่งเล่น
- ในกรณีที่ผู้พักอาศัยออกไปทำกิจกรรมนอกสถานที่เป็นประจำ ควรขอให้หยุดหรือสั่งห้ามการออกไปทำกิจกรรมนอกสถานที่
- กำชับผู้พักอาศัยว่าไม่ควรรับแขกในช่วงนี้
- ในกรณีที่ต้องออกไปทำกิจกรรมนอกสถานที่ หรือต้องต้อนรับแขก โปรดทบทวนระดับความเสี่ยงและความจำเป็นในการเฝ้าระวังอากาศ
- ช่วยผู้พักอาศัยส่งสินค้าและบริการผ่านระบบออนไลน์ หรือจัดระบบซื้อปิ้งให้ปลอดภัยขึ้น
- หากเป็นไปได้ให้ยกเลิกพื้นที่รับประทานอาหารส่วนกลาง และเปลี่ยนไปส่งอาหารให้ถึงห้องโดยไม่ต้องพบหน้าแทน
- ในกรณีที่จำเป็นต้องใช้พื้นที่ส่วนกลาง
 - ฆ่าเชื้อทุกผิวสัมผัสหลังการใช้งานทุกครั้ง ซึ่งรวมถึง ฝักบัวอาบน้ำ วางแขนเก้าอี้ เมนู หรือใช้ผ้าปูโต๊ะและเมนูชนิดล้างทำความสะอาดได้หรือใช้แล้วทิ้ง
 - พนักงานเสิร์ฟ และ เจ้าหน้าที่บริการ ควรหลีกเลี่ยง การ สัมผัส และรักษาระยะห่าง
 - เหลือเวลารับประทานอาหารเพื่อหลีกเลี่ยงความแออัด และจัดที่นั่งไม่ให้ผู้ใช้บริการหันหน้าเข้าหากัน
- ในที่จำเป็นต้องสัมผัสและต้องเพื่อให้บริการ ควรกำหนดแนวทางปฏิบัติให้ชัดเจน รวมถึงเตรียมระบบระบายอากาศที่มีประสิทธิภาพ ฤกษ์มือ ชุดคลุมที่ใช้แล้วทิ้ง และหน้ากาก

พนักงาน สถานที่ และสิ่งแวดล้อม

- กำชับพนักงานว่าการปฏิบัติตัวเมื่ออยู่นอกหน่วยงานอาจนำไปสู่การแพร่เชื้อซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้พักอาศัยได้ แม้ตัวพนักงานเองจะมีความเสี่ยงต่ำ การพบปะติดต่อกับคนหรือสัมผัสและต้องพื้นผิวในสถานที่ที่ไม่ปลอดภัยก็อาจนำมาซึ่งอันตรายต่อผู้พักอาศัยในหน่วยงานที่มีความเสี่ยงสูงได้ ทุกคนควรตระหนักถึงความรับผิดชอบและจำกัดการเข้าสู่สถานที่ที่ไม่ปลอดภัยให้น้อยที่สุด
- ส่งเสริมให้พนักงานนำกลยุทธ์พื้นที่ปลอดภัยไปใช้ที่บ้าน เพื่อลดการพบปะติดต่อกับบุคคล และ สัมผัส และ ต้อง พื้นผิวที่ไม่ปลอดภัยของ

พนักงานเองและบุคคลที่อาศัยอยู่ร่วมกัน เก็บบันทึกว่าพนักงานคนใดปฏิบัติตามบ้าง

- ประสานงานกับหน่วยงานสาธารณสุขในท้องถิ่น เพื่อตรวจหาไวรัสโคโรนาในผู้พักอาศัยและพนักงานโดยเร็ว
- กั้นสถานที่ที่เป็นสัดส่วนแยกจากกัน ลดการข้ามจากพื้นที่หนึ่งไปอีกพื้นที่ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อ ในกรณีที่เกิดการติดเชื้อแต่ยังไม่รู้ตัว
- การรับส่งผู้พักอาศัย ต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดของพื้นที่ปลอดภัย โดยคำนึงถึงเส้นทาง ปลายทาง การพบปะติดต่อกับผู้รับส่ง และยานพาหนะที่ใช้
- ผู้พักอาศัยหรือพนักงานใหม่ที่ไม่ได้มาจากพื้นที่ปลอดภัย ต้องกักตัวเองเป็นเวลา 14-21 วัน
- หากเป็นไปได้ ควรจัดที่พักให้พนักงานภายในหน่วยงานหรือในพื้นที่ปลอดภัยอื่น
- ประสานงานกับหน่วยงานพันธมิตรเพื่อให้ทุกฝ่ายปฏิบัติตามแนวทางการรักษาพื้นที่ปลอดภัยในการ รับส่งคน และการตอบสนองต่อโรคระบาดใด ๆ
- ให้พนักงานธุรการทำงานที่บ้าน กำหนดขั้นตอนการปฏิบัติงานให้ชัดเจน
- หลีกเลี่ยงการเบียดเสียดในลิฟต์ ไม่ควรขึ้นลิฟต์พร้อมกันเกินครึ่งหนึ่งของจำนวนบรรทุกสูงสุด
- หากต้องใช้เครื่องปรับอากาศ ให้ปิดฟังก์ชันอากาศหมุนเวียนภายในทำความสะอาด / ฆ่าเชื้อ / เปลี่ยนส่วนประกอบและไส้กรองหลักทุกสัปดาห์
- ตรวจสอบผังระบบระบายอากาศเพื่อดูว่าอากาศจากห้องหนึ่งไหลไปยังอีกห้องได้หรือไม่ หาวิธีแก้ไขหรือวิธีอื่นในการระบายอากาศ
- ตรวจสอบพื้นที่ที่ไม่มีการถ่ายเทอากาศหรือมีเพียงเล็กน้อย เช่น ชั้นใต้ดินหรือโรงบันได และแจ้งให้ผู้พักอาศัยทราบถึงความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นหากอยู่ในพื้นที่ดังกล่าวเป็นเวลานาน
- ติดตั้งเครื่องฟอกอากาศที่มีแผ่นกรอง HEPA ภายในหน่วยงาน
- เตรียมสถานที่ภายในหรือภายนอกหน่วยงานที่ใช้แยกกันบุคคลนาน 14-21 วันได้
- เตรียมแผนเผชิญเหตุหากพบผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนาในหน่วยงาน ซึ่งอาจรวมถึงการ กักทุกคนที่อยู่ในหน่วยงาน (ทั้งผู้พักอาศัยและพนักงาน) แยกจากกัน (หรือกักในสถานที่นอกหน่วยงานที่เตรียมไว้เพื่อกรณีนี้) เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อให้กันและกัน