



ประกาศโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่
เรื่อง แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้เดินทางไปยังสถานที่เสี่ยงหรือสัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วยโรค COVID-19
รายที่ 60-63 ของจังหวัดเชียงใหม่
วันที่ 9 มกราคม พ.ศ. 2564

ตามผู้ป่วยรายที่ 60-63 ของจังหวัดเชียงใหม่ได้มีประวัติการเดินทางไปยังสถานที่ต่างๆ ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2564 ถึงวันที่ 8 มกราคม พ.ศ. 2564 ก่อนที่จะไปตรวจพบว่าติดเชื้อโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ในวันที่ 8-9 มกราคม พ.ศ. 2564 เพื่อให้ประสิทธิภาพในการควบคุมและป้องกันการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ในโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ และคณะแพทยศาสตร์เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ จึงขอกำหนดแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้สัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วยโรค COVID-19 และ/หรือ ผู้ที่มีประวัติเดินทางไปยังสถานที่และช่วงเวลา ดังต่อไปนี้

1. สำหรับผู้ที่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อ

1.1 มีอาการไข้ หรือมีประวัติไข้ ≥ 37.5 องศาเซลเซียส ร่วมกับ มีอาการทางระบบทางเดินหายใจ (เช่น ไอ น้ำมูก เจ็บคอ ไม่ได้กลิ่น หายใจเร็ว หายใจเหนื่อย หรือหายใจลำบาก)

1.1.1 หยุดงานและทำการแยกกัก (self-isolation) โดยทันที

1.1.2 รายงานผู้บังคับบัญชา และติดต่อหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดเชื้อในโรงพยาบาลโดยทันที เพื่อเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และทำการตรวจหาเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ที่หมายเลข โทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) และ 093-6931535 (นอกเวลาราชการ -22.00 น.)

1.1.2.1 หากผลตรวจพบเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ให้เข้าสู่กระบวนการรักษาโรค COVID-19

1.1.2.2 หากผลตรวจไม่พบเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ให้ทำการแยกกัก (self-isolation) ณ ที่พักอาศัย เป็นเวลา 14 วัน นับจากวันแรกที่มีอาการป่วย

1.2 ไม่มีอาการไข้หรืออาการทางระบบทางเดินหายใจ

1.2.1 รายงานผู้บังคับบัญชา และติดต่อหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดเชื้อในโรงพยาบาลโดยทันที

1.2.2 หยุดงานและทำการแยกตัว (self-quarantine) ณ ที่พักอาศัย เป็นเวลา 14 วัน นับจากวันสุดท้ายที่มีการสัมผัสผู้ติดเชื้อ และ/หรือเดินทางไปยังสถานที่เสี่ยง ในกรณีไม่มีสถานที่แยกตัวที่บ้าน ให้แจ้งหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดเชื้อฯ ที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) และ 093-6931535 (นอกเวลาราชการ -22.00 น.) เพื่อติดต่อขอแยกตัวในสถานที่ที่ทางคณะแพทยศาสตร์จัดไว้ให้

1.2.3 หน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดเชื้อฯ จะทำการนัดหมายให้เข้ารับการรักษาเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ครั้งที่ 1 ช่วงระหว่างวันที่ 3 ถึงวันที่ 5 และครั้งที่ 2 ช่วงระหว่างวันที่ 10 ถึงวันที่ 13 นับจากวันสุดท้ายที่มีการสัมผัสผู้ติดเชื้อ และ/หรือเดินทางไปยังสถานที่เสี่ยง

- 1.2.3.1 หากผลตรวจพบเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ให้เข้าสู่กระบวนการรักษาโรค COVID-19
- 1.2.3.2 หากผลตรวจไม่พบเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ให้ทำการแยกตัว (self-quarantine) ณ ที่พักอาศัยต่อตามเดิมจนครบ 14 วัน นับจากวันสุดท้ายที่มีการสัมผัสผู้ติดเชื้อ และ/หรือ เดินทางไปยังสถานที่เสี่ยง
- 1.2.4 หากมีอาการไข้ และ/หรืออาการทางระบบทางเดินหายใจ ให้แจ้งหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดเชื้อฯ ที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) และ 093-6931535 (นอกเวลาราชการ -22.00 น.) โดยทันที
2. สำหรับผู้ที่มีประวัติเดินทางไปยังสถานที่ วันและเวลาดังต่อไปนี้ ให้ปฏิบัติตามแนวทาง self-monitoring และ self-quarantine ตามเอกสารแนบ

วันที่	สถานที่	การปฏิบัติตัว
1 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้านฟิน (Fin) ห้างสรรพสินค้าเมญ่า 18.00-20.00 น.	Self-monitoring
2 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้านพิศมัย นิมมาน ซอย 9 22.30-23.30 น. ร้าน DC (VIP2) 23.30-00.40 น.	Self-monitoring
3 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้าน Good View ริมน้ำปิง 22.50-00.45 น.	Self-quarantine
4 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้าน Riverside bar 16.00-01.00 น.	Self-quarantine
6 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้าน KFC สาขารวมโชค 12.30-13.00 น.	Self-quarantine
7 มกราคม พ.ศ. 2564	รพ.แม่และเด็ก 07.30-11.30 น. ร้านข้าวมันไก่หนันทาราม 3 11.40-12.00 น.	Self-monitoring
7 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้าน Meda Cosmetics 11.30-11.40 น. ร้านกาแฟอรรถรส หน้าค่ายกาวิละ 15.00-16.00 น. ร้านทำเล็บ หน้า ม.แม่โจ้ 15.40-17.00 น.	Self-quarantine
8 มกราคม พ.ศ. 2564	ร้านป้าอ้วน ตลาดธานีรินทร์ 12.00-12.30 น.	Self-monitoring

หากมีอาการไข้ หรือมีประวัติไข้ ≥ 37.5 องศาเซลเซียส ร่วมกับ มีอาการทางระบบทางเดินหายใจ ให้ปฏิบัติตามข้อ 1.1

Timeline ผู้ป่วยรายที่ 60-63, แนวทางการแยกตัวเอง (self-quarantine) การแยกกักตนเอง (self-isolation) และการติดตามอาการอย่างใกล้ชิดด้วยตนเอง (self-monitoring) ดังเอกสารแนบ

ประกาศฉบับนี้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 9 มกราคม พ.ศ. 2564 ทั้งนี้หากประกาศโรงพยาบาล มหาราชนครเชียงใหม่ฉบับใด มีเนื้อหาขัดแย้งกับประกาศฉบับนี้ ให้ใช้ประกาศฉบับนี้แทน

จึงประกาศมาเพื่อทราบและถือปฏิบัติโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ 9 มกราคม พ.ศ. 2564



(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ชัยวัฒน์ บำรุงกิจ)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

เอกสารแนบ 1

รายชื่อ 60



ประวัติการเดินทางของผู้ป่วยยืนยัน COVID-19 รายที่ 60 ของจังหวัดเชียงใหม่

ผู้ป่วยชายอายุ 30 ปี ที่อยู่ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ อาชีพ ธุรกิจส่วนตัว
ไม่มีอาการผิดปกติ



แหล่งข้อมูล และผู้จัดทำ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่

รายชื่อ 61



ประวัติการเดินทางของผู้ป่วยยืนยัน COVID-19 รายที่ 61 ของจังหวัดเชียงใหม่

ผู้ป่วยชายอายุ 28 ปี ภูมิลำเนา อ.เมือง จ.เชียงใหม่ อาชีพ พนักงานร้านรีเวอร์ไซด์
วันที่ 8 มี.ค. เริ่มอาการคัดจมูก ครั่นเนื้อครั่นตัว มีไข้ ไอ จมูกได้กลิ่นปกติ



แหล่งข้อมูล และผู้จัดทำ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่

รายที่ 62



ประวัติการเดินทางของผู้ป่วยยืนยัน COVID-19 รายที่ 62 ของจังหวัดเชียงใหม่

ผู้ป่วยชายอายุ 28 ปี ที่อยู่ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ อาชีพ พนักงานบาร์เทนเดอร์ ร้านริเวอร์ไซด์ ไม่มีอาการผิดปกติ



แหล่งข้อมูล และผู้จัดทำ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่

รายที่ 63



ประวัติการเดินทางของผู้ป่วยยืนยัน COVID -19 รายที่ 63 ของจังหวัดเชียงใหม่

ผู้ป่วยเพศหญิง อายุ 26 ปี ภูมิลำเนา อ.สันทราย จ.เชียงใหม่ อาชีพทริคเกอร์ส่วนตัว (ออนไลน์) วันที่ 7 ม.ค.2564 เริ่มอาการไอแห้งๆ ปวดเมื่อยตามร่างกาย



แหล่งข้อมูล และผู้จัดทำ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่

เอกสารแนบ 2

แนวทางการติดตามอาการอย่างใกล้ชิดด้วยตนเอง (self-monitoring)

- สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา โดยเฉพาะเมื่อจำเป็นต้องพบปะกับผู้อื่น
- หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำ และสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ
- ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก โดยไม่จำเป็น
- รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่
- ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว)
- ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด เช่น โรงภาพยนตร์ ห้างสรรพสินค้า การโดยสารขนส่งสาธารณะ เช่น ขึ้นเครื่องบิน รถประจำทาง รถไฟ รถตู้

หากท่านรู้สึกว่ามีไข้ และวัดอุณหภูมิร่างกายได้ 37.5 องศาเซลเซียส(หรือสูงกว่านี้) ร่วมกับ อาการทางเดินหายใจ ได้แก่ เจ็บคอ มีน้ำมูก หายใจเหนื่อยหอบ กรุณาโทรติดต่อเพื่อขอรับคำแนะนำที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) และ 093-6931535 (นอกเวลาราชการ -22.00 น.)

เอกสารแนบ 3**คำแนะนำสำหรับการแยกตัวเอง (self-quarantine) ของผู้สัมผัสเสี่ยงสูงเพื่อสังเกตการเริ่มป่วย ณ ที่พักอาศัย**

ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการติดเชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ให้ปฏิบัติตามดังนี้

1. หยุดเรียน หยุดงาน นอนแยกห้อง ไม่ออกไปนอกบ้าน ไม่เดินทางไปที่ชุมชนหรือที่สาธารณะอย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่เดินทางออกจากพื้นที่ระบาดหรือวันสุดท้ายที่สัมผัสผู้ป่วย ยืนยันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
2. หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดบุคคลอื่น หากมีความจำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัย และอยู่ห่างประมาณ 1 – 2 เมตร หรืออย่างน้อยประมาณหนึ่งช่วงแขน
3. วัดไข้ ทุกวัน หากมีไข้ มากกว่าหรือเท่ากับ 37.5 องศาเซลเซียส ร่วมกับ มี น้ำมูก ไอ เจ็บคอ ให้ติดต่อเข้ารับการรักษาในสถานพยาบาลใกล้บ้าน
4. รับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ ปรุงสุก สะอาด และแยกจากผู้อื่น จนกว่าอาการจะหายเป็นปกติ และพักผ่อนให้เพียงพอ
5. ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ
6. หน้ากากอนามัย กระดาษทิชชูที่ใช้แล้วทิ้งในถุงพลาสติก ปิดปากถุงให้สนิทก่อนทิ้ง และทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำและสบู่ทันที
7. ท่านและทุกคนในบ้านควรทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำและสบู่บ่อยๆ
8. ทำความสะอาดพื้นบริเวณที่พัก และเครื่องเรือน เครื่องใช้ เช่น เตายิง โต๊ะ โทรศัพท์ หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ หอมน้ำบริเวณโถส้วม ด้วยน้ำยาฟอกขาว 5% โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว 1 ส่วน ต่อน้ำ 99 ส่วน)
9. ทำความสะอาดเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู ฯลฯ ด้วยผงซักฟอกธรรมดาและน้ำ หรือซักผ้าด้วยน้ำร้อนที่อุณหภูมิ 60 – 90 องศา
10. เผื่อระวังอาการเจ็บป่วยของผู้สัมผัสใกล้ชิดหรือสมาชิกในบ้าน ภายในระยะเวลา 14 วัน
11. หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น ไข้สูง เหนื่อยมากขึ้น แน่นหน้าอก หอบ หายใจไม่สะดวก กินไม่ได้ ให้รีบมาโรงพยาบาลทันทีโดยสามารถแจ้งที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) และ 093-6931535 (นอกเวลาราชการ -22.00 น.)

หมายเหตุ ในกรณีที่ผู้ป่วยสัมผัสใกล้ชิดเป็นมารดาให้นมบุตร ยังสามารถให้นมบุตรได้เนื่องจากปริมาณไวรัสที่ผ่านทางน้ำนมมีน้อยมาก แต่มารดาควรสวมหน้ากากอนามัยและล้างมืออย่างเคร่งครัดทุกครั้งก่อนสัมผัสหรือให้นมบุตร

เอกสารแนบ 4**คำแนะนำสำหรับการแยกกักตนเอง (self-isolation) ณ ที่พักอาศัย
สำหรับผู้ป่วยเข้าเกณฑ์สอบสวนโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ที่ผลตรวจทางห้องปฏิบัติการไม่พบเชื้อ**

เนื่องจากการเจ็บป่วยในระยะแรก อาจยังมีเชื้อไวรัสปริมาณน้อยมากซึ่งทำให้มีโอกาสตรวจไม่พบเชื้อ ดังนั้น ผู้ป่วยยังมีโอกาสที่จะป่วยเป็นโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ได้อยู่ จึงแนะนำให้ผู้ป่วยแยกกักตนเอง เพื่อสังเกตอาการต่อ หากมีอาการมากขึ้นใน 48 ชั่วโมง เช่น ไข้สูง เหนื่อยมากขึ้น แน่นหน้าอก หอบ หายใจไม่สะดวก กินไม่ได้ ให้รีบมาโรงพยาบาลทันทีโดยสามารถแจ้งที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) และ 093-6931535 (นอกเวลาราชการ -22.00 น.) ผู้ป่วยจึงควรปฏิบัติ ดังนี้

1. หยุดเรียน หยุดงาน นอนแยกห้อง ไม่ออกไปนอกบ้าน ไม่เดินทางไปที่ชุมชนหรือที่สาธารณะ อย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่เดินทางออกจากพื้นที่ระบาดหรือวันสุดท้ายที่สัมผัสผู้ป่วยยืนยันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือจนกว่าอาการจะหายเป็นปกติอย่างน้อย 1 วัน
2. หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดบุคคลอื่น หากมีความจำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัย และอยู่ห่างประมาณ 1 – 2 เมตร หรืออย่างน้อยประมาณหนึ่งช่วงแขน
3. วัดไข้ทุกวัน หากมีไข้สูงให้ปฏิบัติตามคำแนะนำข้างต้น
4. กรณีมีน้ำมูก ไอ เจ็บคอ ให้รับประทานยาเพื่อบรรเทาอาการตามคำแนะนำของแพทย์หรือเภสัชกร แต่หากอาการแย่ลงให้ปฏิบัติตามคำแนะนำข้างต้น
5. รับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ ปรุงสุก สะอาด และแยกจากผู้อื่น จนกว่าอาการจะหายเป็นปกติ
6. ไม่ใช้ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ
7. นำหน้ากากอนามัย กระดาษทิชชูที่ใช้แล้วทิ้งในถุงพลาสติก ปิดปากถุงให้สนิทก่อนทิ้ง และทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำและสบู่ทันที
8. ผู้ดูแลผู้ป่วยต้องสวมหน้ากากอนามัย เมื่อเสร็จภารกิจ ต้องถอดหน้ากากอนามัยลงในถังขยะ และทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำและสบู่ทันที
9. ทุกคนในบ้านควรล้างมือบ่อยครั้งที่สุด เพื่อลดการรับและแพร่เชื้อ
10. ทำความสะอาดพื้นบริเวณที่ผู้ป่วยพัก และเครื่องเรือน เครื่องใช้ เช่น เติง โต๊ะ โทรศัพท์ หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ หอมน้ำบริเวณโถส้วม ด้วยน้ำยาฟอกขาว 5% โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว 1 ส่วน ต่อน้ำ 99 ส่วน)
11. ทำความสะอาดเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู ฯลฯ ด้วยผงซักฟอกธรรมดาและน้ำ หรือซักผ้าด้วยน้ำร้อนที่อุณหภูมิ 60 – 90 องศา
12. เผื่อระวังการเจ็บป่วยของผู้สัมผัสใกล้ชิดและสมาชิกในบ้าน ภายในระยะเวลา 14 วัน หลังสัมผัสผู้ป่วย

หมายเหตุ ในกรณีที่ผู้ป่วยสัมผัสใกล้ชิดเป็นมารดาให้นมบุตร ยังสามารถให้นมบุตรได้เนื่องจากปริมาณไวรัสที่ผ่านทางน้ำนมมีน้อยมาก แต่มารดาควรสวมหน้ากากอนามัยและล้างมืออย่างเคร่งครัดทุกครั้งก่อนสัมผัสหรือให้นมบุตร