



ประกาศคณะแพทยศาสตร์
เรื่อง แนวทางปฏิบัติของบุคลากรและนักศึกษาในการเดินทางหรือไปฝึกงานหรือปฏิบัติงาน
เพื่อป้องกันและควบคุมโรค COVID-19
ฉบับที่ 10
วันที่ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

สืบเนื่องจากสถานการณ์การระบาดของโรค COVID-19 ระลอกใหม่ ที่เกิดขึ้นครั้งล่าสุดในประเทศไทยนั้น เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมในการรองรับสถานการณ์ดังกล่าว คณะแพทยศาสตร์ จึงขอแจ้งแนวทางปฏิบัติให้แก่บุคลากรที่จะเดินทาง โดยอ้างอิงจากข้อกำหนด ออกตามความในมาตรา 9 แห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. 2548 ฉบับที่ 18 ประกาศ ณ วันที่ 29 มกราคม พ.ศ. 2564 และคำสั่งคณะกรรมการโรคติดต่อจังหวัดเชียงใหม่ ที่ 18 / 2564 สั่ง ณ วันที่ 15 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564 ดังต่อไปนี้

1. งดการเดินทางเข้าไปในพื้นที่จังหวัดสมุทรสาคร จังหวัดปทุมธานี และอำเภอแม่สอด จังหวัดตาก
 - 1.1 หากมีความจำเป็นต้องเดินทางไปปฏิบัติหน้าที่โดยไม่สามารถยกเลิกได้ (เช่น การไปราชการ) ต้องมีเอกสารรับรองความจำเป็นในการไปปฏิบัติหน้าที่จากคณะแพทยศาสตร์ หลังจากกลับมาให้ลงทะเบียนเป็นผู้เดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยงกับหัวหน้างาน จากนั้นให้หัวหน้างานส่งรายชื่อไปยังหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อในโรงพยาบาลโดยทันที พร้อมทั้งให้หยุดงานและแยกตัวเอง (self-quarantine) เป็นเวลา 14 วันโดยไม่ถือเป็นวันลา
 - 1.2 หากเดินทางไปด้วยเหตุอื่น ให้ทำหนังสือชี้แจงความจำเป็นของการเดินทาง หลังจากกลับมาให้ลงทะเบียนเป็นผู้เดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยงกับหัวหน้างาน จากนั้นให้หัวหน้างานส่งรายชื่อไปยังหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อในโรงพยาบาลโดยทันที พร้อมทั้งให้หยุดงานและแยกตัวเอง (self-quarantine) เป็นเวลา 14 วันโดยให้ใช้วันลากิจหรือลาพักผ่อน
 - 1.3 ในกรณีไม่มีสถานที่แยกตัวที่บ้าน ให้แจ้งหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อในโรงพยาบาลที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) 093-693153 (นอกเวลาราชการ) เพื่อติดต่อขอแยกตัวในสถานที่ที่ทางคณะแพทยศาสตร์จัดไว้ให้
2. หลีกเลี่ยงการเดินทางเข้าไปในพื้นที่กรุงเทพมหานคร จังหวัดนนทบุรี และจังหวัดสมุทรปราการ
 - 2.1 หากมีความจำเป็นต้องเดินทางไปปฏิบัติหน้าที่โดยไม่สามารถยกเลิกได้ (เช่น การไปราชการ) ต้องมีเอกสารรับรองความจำเป็นในการไปปฏิบัติหน้าที่จากคณะแพทยศาสตร์

หลังจากกลับมาให้ลงทะเบียนเป็นผู้เดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยงกับหัวหน้างาน จากนั้นให้หัวหน้างานส่งรายชื่อไปยังหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อในโรงพยาบาลโดยทันที

2.2 หากเดินทางไปด้วยเหตุอื่น ให้ทำหนังสือชี้แจงความจำเป็นของการเดินทาง หลังจาก

กลับมาให้ลงทะเบียนเป็นผู้เดินทางกลับจากพื้นที่เสี่ยงกับหัวหน้างาน จากนั้นให้หัวหน้างานส่งรายชื่อไปยังหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อในโรงพยาบาลโดยทันที

3. บุคคลที่มีความเสี่ยงตามข้อ 1 และ 2 ให้ปฏิบัติตามตามประกาศโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ เรื่อง แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้เดินทางไปยังสถานที่เสี่ยงหรือสัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วยโรค COVID-19 ฉบับที่ 12 ประกาศ ณ วันที่ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564 เมื่อเดินทางกลับมาถึงจังหวัดเชียงใหม่แล้ว ต้องบันทึกข้อมูลในแอปพลิเคชัน CM-CHANA, CMU Self Health Check และ CMU-MED COVID-19 ให้ครบถ้วน
4. ขอให้ทุกหน่วยงานในสังกัดคณะแพทยศาสตร์ หลีกเลี่ยงการรับและส่งนักศึกษาทุกระดับ อาจารย์แพทย์ และบุคลากรด้านสุขภาพไปปฏิบัติงาน ฝึกงาน หรือปฏิบัติงานวิชาเลือก (elective) ยังพื้นที่ตามข้อ 2 จนกว่าจะมีประกาศเปลี่ยนแปลง หากการไปฝึกงานหรือปฏิบัติงานวิชาเลือกนั้นมีส่วนต่อการสำเร็จการฝึกอบรม ให้เป็นการพิจารณาของหัวหน้าหน่วยงานเป็นกรณีไป
5. กรณีที่มีความจำเป็นต้องไปฝึกงานหรือปฏิบัติงานในพื้นที่ตามข้อ 2 และการฝึกงานหรือปฏิบัติงานดังกล่าวเสร็จสิ้นแล้ว เมื่อกลับมาถึงจังหวัดเชียงใหม่
 - 5.1 แจ้งหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อฯ เพื่อทำการนัดหมายให้เข้ารับการตรวจหาเชื้อไวรัส SARS-CoV-2
 - 5.1.1 หากผลตรวจพบเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ให้เข้าสู่กระบวนการรักษาโรค COVID-19
 - 5.1.2 หากผลตรวจไม่พบเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 สามารถขึ้นมาปฏิบัติงานในโรงพยาบาลได้ และให้ทำการติดตามอาการอย่างใกล้ชิดด้วยตนเอง (self-monitoring) เป็นเวลา 14 วัน นับจากวันสุดท้ายที่มีการเดินทางออกจากพื้นที่ดังกล่าว
 - 5.2 ให้ทำการแยกตัวเอง (self-quarantine) นับจากวันที่เดินทางออกจากพื้นที่เสี่ยงดังกล่าว จนกระทั่งทราบผลการตรวจ SARS-CoV-2 โดยไม่ถือเป็นวันลา
 - 5.3 ในกรณีไม่มีสถานที่แยกตัวที่บ้าน ให้แจ้งหน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดต่อในโรงพยาบาล ที่หมายเลขโทรศัพท์ 053-935714 (ในเวลาราชการ) 093-693153 (นอกเวลาราชการ) เพื่อติดต่อขอแยกตัวในสถานที่ที่ทางคณะแพทยศาสตร์จัดไว้ให้
6. กรณีที่เดินทางไปอยู่ในพื้นที่ตามข้อ 2 เป็นเวลา 72 ชั่วโมงติดต่อกันขึ้นไป ให้ปฏิบัติตามข้อ 5.1, 5.2 และ 5.3
7. กรณีที่เดินทางไปอยู่ในพื้นที่ตามข้อ 2 เป็นเวลาน้อยกว่า 72 ชั่วโมงติดต่อกัน ให้ปฏิบัติตามประกาศโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ เรื่อง แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้เดินทางไปยังสถานที่เสี่ยงหรือสัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วยโรค COVID-19 ฉบับที่ 12 วันที่ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

แนวทางการแยกตัวเอง (self-quarantine) และการติดตามอาการอย่างใกล้ชิด (self-monitoring)
ดังเอกสารแนบ

ประกาศฉบับนี้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564 และอาจมีการเปลี่ยนแปลง
แนวทางปฏิบัติให้เหมาะสมกับพื้นที่เสี่ยงที่อาจปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์การระบาดของโรค COVID-19

จึงประกาศมาเพื่อทราบและถือปฏิบัติโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564



(ศาสตราจารย์ นายแพทย์บรรณกิจ โจนนาวิวัฒน์)

คณบดีคณะแพทยศาสตร์

เอกสารแนบ 1**คำแนะนำสำหรับการแยกตัวเอง (self-quarantine) ของผู้สัมผัสเสี่ยงสูงเพื่อสังเกตการเริ่มป่วย ณ ที่พักอาศัย**

ผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (COVID-19) ให้ปฏิบัติดังนี้

1. หยุดเรียน หยุดงาน นอนแยกห้อง ไม่ออกไปนอกบ้าน ไม่เดินทางไปที่ชุมชนหรือที่สาธารณะอย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่เดินทางออกจากพื้นที่ระบาดหรือวันสุดท้ายที่สัมผัสผู้ป่วยยืนยันโรค COVID-19
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 เติง โต๊ะ โทรศัพท์ หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ หอ้งน้ำบริเวณใกล้เคียง 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 093-693153 (นอกเวลาราชการ)

หมายเหตุ ในกรณีที่ผู้ป่วยสัมผัสใกล้ชิดเป็นมารดาให้นมบุตร ยังสามารถให้นมบุตรได้เนื่องจากปริมาณไวรัสที่ผ่านทางน้ำนมมีน้อยมาก แต่มารดาควรสวมหน้ากากอนามัยและล้างมืออย่างเคร่งครัดทุกครั้งก่อนสัมผัสหรือให้นมบุตร

เอกสารแนบ 2

แนวทางการติดตามอาการอย่างใกล้ชิดด้วยตนเอง (self-monitoring)

- สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา โดยเฉพาะเมื่อจำเป็นต้องพบปะกับผู้อื่น
- หมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำ และสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ
- ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก โดยไม่จำเป็น
- รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่
- ไม่ใช่ของส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น (เช่น ผ้าเช็ดหน้า แก้วน้ำ ผ้าเช็ดตัว)
- ไม่คลุกคลีกับผู้ป่วยโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ
- หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด เช่น โรงภาพยนตร์ ห้างสรรพสินค้า การโดยสารการขนส่งสาธารณะ 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)

เอกสารแนบ 3

QR code สำหรับบันทึกข้อมูลของบุคคลที่เดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยง

CM-CHANA

แอปพลิเคชัน “CM ชนะ”



CM-CHANA
ระบบลงทะเบียนเข้าพื้นที่
จังหวัดเชียงใหม่สำหรับผู้เดินทาง
关于旅客入滇边境内注册系统

ลงทะเบียน Register 注册

พัฒนาโดยคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่
ภายใต้ศูนย์ปฏิบัติการร่วมป้องกันและลดผลกระทบจากภัยพิบัติ (จป.)



CM-CHANA



พัฒนาโดยคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ภายใต้ศูนย์ปฏิบัติการร่วมป้องกันและลดผลกระทบจากภัยพิบัติ (จป.)

CMU
SELF
HEALTH
CHECK



จัดทำโดย หน่วยควบคุมและป้องกันโรคติดเชื้อ โทร 35714

CMU-MED
COVID-19