ด่วนที่สุด
ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/ ๗๑๙๗๕



กรมราชทัณฑ์
๒๒๒ ถนนนนทบุรี ๑
อำเภอเมืองนนทบุรี
จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

เรื่อง แจ้งแนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ประกาศกรมควบคุมโรค เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๕ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. แนวทางปฏิบัติเพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำโดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาว จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยขณะนี้ ประเทศไทยเป็นช่วงเวลาที่เข้าสู่ฤดูหนาว สภาพอากาศเปลี่ยนแปลง อุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง หลายพื้นที่อาจมีอากาศหนาวถึงหนาวจัด โดยเฉพาะจังหวัดในแถบพื้นที่ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางในบางพื้นที่ ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของประชาชน เนื่องจากอาจเกิดความเจ็บป่วยหรือเสียชีวิตด้วยโรคและภาวะอากาศหนาว โดยเฉพาะโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ หรือระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคอุจจาระร่วง

ในการนี้ เพื่อเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นและแพร่ระบาดในเรือนจำส่งผลต่อปัญหาสุขภาพของผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ ได้กำหนดแนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว ให้เรือนจำ/ทัณฑสถานทั่วประเทศ ถือปฏิบัติ ดังนี้

๑. ตรวจคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการและอาการแสดง ดังนี้

๑.๑ มีไข้สูง หนาวสั่น อ่อนเพลียเฉียบพลัน ปวดศีรษะรุนแรง คลื่นไส้ น้ำมูกใส คัดจมูก ไอแห้ง เจ็บคอ มีเสมหะมาก เบื่ออาหาร ปวดเมื่อยตามตัวและกล้ามเนื้อ ให้แยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น ให้ยาลดไข้ หากมีอาการที่รุนแรง เช่น น้ำมูกหรือเสมหะเหลืองเขียว ปวดหู หูอื้อ ปวดศีรษะมาก และมีอาการหอบเหนื่อย ให้รีบส่งพบแพทย์เพื่อการวินิจฉัยและรับการรักษาโดยเร็ว

๑.๒ จากข้อ ๑.๑ หากพบอาการอื่นร่วมด้วย เช่น หายใจลำบาก หายใจหอบเร็ว คลื่นไส้อาเจียน ไอรุนแรงร้าวไปหัวไหล่/สีข้าง เจ็บบริเวณหน้าอกขณะหายใจเข้า ให้ส่งเข้ารับการรักษาทันทีตั้งแต่ระยะแรกที่ป่วยและเพื่อป้องกันความรุนแรงของโรคที่อาจเกิดขึ้น กรณีตรวจพบผู้ป่วยเป็นกลุ่มก้อนมากกว่า ๕ - ๑๐ ราย ให้ประสานโรงพยาบาลแม่ข่ายเข้าสอบสวนหาสาเหตุ เฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมสถานการณ์ไม่ให้เกิดการระบาดลุกลามเป็นวงกว้าง พร้อมแจกวัสดุอุปกรณ์ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ และรายงานให้กรมราชทัณฑ์ทราบทันที ภายใน ๒๔ ชั่วโมง

/ ๒. คัดกรอง ...

๒. คัดกรองเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ ก่อนเข้าปฏิบัติหน้าที่ภายในเรือนจำ กรณีมีอาการสงสัยป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ ให้ดำเนินการป้องกันตนเองไม่ให้แพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่น และคัดกรองญาติที่มาเยี่ยมทุกราย หากมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น เจ็บคอ มีน้ำมูก มีไข้ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ให้สวมใส่หน้ากากอนามัย และแนะนำการปฏิบัติตัวในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไปยังผู้อื่นในขณะเข้าเยี่ยม

๓. ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์และผู้ต้องขังทราบ เรื่อง โรคและภัยสุขภาพที่พบ ในฤดูหนาว เช่น โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคอุจจาระร่วง และการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รักษาความสะอาดสิ่งของที่อยู่อาศัย สวมใส่หน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในสถานที่แออัดหรือเมื่อสัมผัสกับผู้ป่วย ล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ รักษาสุขอนามัยตนเองให้ดี ทำร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ สวมใส่เสื้อผ้าหนา ๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เพราะเสี่ยงต่อการป่วยและติดเชื้อได้ง่าย

๔. เน้นย้ำเรื่อง การตรวจคุณภาพอาหารดิบ การปรุงอาหารของสูทกรรม ให้ถูกสุขอนามัย ปรุงสุกใหม่ ไม่ควรเป็นอาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านาน ๆ และเข้มงวดเรื่องการจำหน่ายน้ำแข็งที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อนให้กับผู้ต้องขัง รวมถึงจัดเตรียมน้ำดื่มสะอาดให้เพียงพอต่อผู้ต้องขัง

๕. ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี โดยเฉพาะกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่ออาการรุนแรงของโรค เช่น กลุ่มเปราะบาง ๖๐๘ โดยประสานขอรับการสนับสนุนวัคซีนฯ และอุปกรณ์การฉีดจากโรงพยาบาลแม่ข่าย พร้อมรายงานผลการดำเนินงานให้ กรมราชทัณฑ์ทราบ ผ่านไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ docpremed@gmail.com

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และแจ้งเรือนจำถือปฏิบัติโดยเคร่งครัดต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายอายุตม์ สินธพพันธุ์)
อธิบดีกรมราชทัณฑ์

กองบริการทางการแพทย์
กลุ่มงานเวชกรรมป้องกัน
โทรศัพท์ ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๓

ผู้ว่าราชการจังหวัด ๖๐ แห่ง

๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดกระบี่ / เรือนจำจังหวัดกระบี่
๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดกาญจนบุรี / เรือนจำจังหวัดกาญจนบุรี / เรือนจำอำเภอทองผาภูมิ
๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดกาฬสินธุ์ / เรือนจำจังหวัดกาฬสินธุ์
๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดขอนแก่น / เรือนจำอำเภอพล
๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดจันทบุรี / เรือนจำจังหวัดจันทบุรี
๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดชัยนาท / เรือนจำจังหวัดชัยนาท
๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดชัยภูมิ / เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ
๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดชุมพร / เรือนจำจังหวัดชุมพร / เรือนจำอำเภอหลังสวน
๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงราย / เรือนจำอำเภอเทิง
๑๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่ / เรือนจำอำเภอฝาง
๑๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง / เรือนจำจังหวัดตรัง
๑๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดตราด / เรือนจำจังหวัดตราด
๑๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดตาก / เรือนจำอำเภอแม่สอด
๑๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดนครนายก / เรือนจำจังหวัดนครนายก
๑๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดนครราชสีมา / เรือนจำอำเภอบัวใหญ่ / เรือนจำอำเภอสีคิ้ว
๑๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช / เรือนจำอำเภอทุ่งสง / เรือนจำอำเภอปากพนัง
๑๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดนนทบุรี / เรือนจำจังหวัดนนทบุรี
๑๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดนราธิวาส / เรือนจำจังหวัดนราธิวาส
๑๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดน่าน / เรือนจำจังหวัดน่าน
๒๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดบึงกาฬ / เรือนจำจังหวัดบึงกาฬ
๒๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดบุรีรัมย์ / เรือนจำจังหวัดบุรีรัมย์ / เรือนจำอำเภอนางรอง
๒๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดปทุมธานี / เรือนจำจังหวัดปทุมธานี / เรือนจำอำเภอธัญบุรี
๒๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ / เรือนจำจังหวัดประจวบคีรีขันธ์
๒๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดปราจีนบุรี / เรือนจำจังหวัดปราจีนบุรี / เรือนจำอำเภอกบินทร์บุรี
๒๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดพะเยา / เรือนจำจังหวัดพะเยา
๒๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดพังงา / เรือนจำจังหวัดพังงา / เรือนจำอำเภอตะกั่วป่า
๒๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดพระนครศรีอยุธยา / เรือนจำจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
๒๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดพิจิตร / เรือนจำจังหวัดพิจิตร
๒๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดพิษณุโลก / เรือนจำจังหวัดพิษณุโลก
๓๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดเพชรบูรณ์ / เรือนจำจังหวัดเพชรบูรณ์ / เรือนจำอำเภอหล่มสัก
๓๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ / เรือนจำจังหวัดแพร่
๓๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดภูเก็ต / เรือนจำจังหวัดภูเก็ต
๓๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดมหาสารคาม / เรือนจำจังหวัดมหาสารคาม
๓๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดมุกดาหาร / เรือนจำจังหวัดมุกดาหาร
๓๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดแม่ฮ่องสอน / เรือนจำจังหวัดแม่ฮ่องสอน / เรือนจำอำเภอแม่สะเรียง

ผู้ว่าราชการจังหวัด ๖๐ แห่ง (ต่อ)

๓๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดยะลา / เรือนจำอำเภอเบตง
๓๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดยโสธร / เรือนจำจังหวัดยโสธร
๓๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดระนอง / เรือนจำจังหวัดระนอง
๓๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดร้อยเอ็ด / เรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด
๔๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดลพบุรี / เรือนจำอำเภอชัยบาดาล
๔๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดลำพูน / เรือนจำจังหวัดลำพูน
๔๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดเลย / เรือนจำจังหวัดเลย
๔๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดศรีสะเกษ / เรือนจำจังหวัดศรีสะเกษ / เรือนจำอำเภอกันทรลักษณ์
๔๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดสกลนคร / เรือนจำจังหวัดสกลนคร / เรือนจำอำเภอสว่างแดนดิน
๔๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดสงขลา / เรือนจำจังหวัดสงขลา / เรือนจำอำเภอนาทวี
๔๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดสตูล / เรือนจำจังหวัดสตูล
๔๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดสมุทรสาคร / เรือนจำจังหวัดสมุทรสาคร
๔๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดสระแก้ว / เรือนจำจังหวัดสระแก้ว
๔๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดสระบุรี / เรือนจำจังหวัดสระบุรี
๕๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดสิงห์บุรี / เรือนจำจังหวัดสิงห์บุรี
๕๑. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุโขทัย / เรือนจำจังหวัดสุโขทัย / เรือนจำอำเภอสวรรคโลก
๕๒. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุพรรณบุรี / เรือนจำจังหวัดสุพรรณบุรี
๕๓. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี / เรือนจำอำเภอเกาะสมุย / เรือนจำอำเภอไชยา
๕๔. ผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์ / เรือนจำอำเภอรัตนบุรี
๕๕. ผู้ว่าราชการจังหวัดหนองคาย / เรือนจำจังหวัดหนองคาย
๕๖. ผู้ว่าราชการจังหวัดหนองบัวลำภู / เรือนจำจังหวัดหนองบัวลำภู
๕๗. ผู้ว่าราชการจังหวัดอ่างทอง / เรือนจำจังหวัดอ่างทอง
๕๘. ผู้ว่าราชการจังหวัดอุตรดิตถ์ / เรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์
๕๙. ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี / เรือนจำจังหวัดอุทัยธานี
๖๐. ผู้ว่าราชการจังหวัดอำนาจเจริญ / เรือนจำจังหวัดอำนาจเจริญ

ด่วนที่สุด **บันทึกข้อความ**

ส่วนราชการ กรมราชทัณฑ์ กองบริการทางการแพทย์ โทร. ๐๒ ๙๖๗ ๓๓๕๓ ภายใน ๑๐๗ ๑๐๘

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/ ๓๑๙๗๗ **วันที่** ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

เรื่อง แจ้งแนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว

เรียน ผู้บัญชาการเรือนจำ/ผู้อำนวยการทัณฑสถาน/ผู้อำนวยการสถานกักขังและผู้อำนวยการสถานกักกัน

ด้วยขณะนี้ ประเทศไทยเป็นช่วงเวลาที่เข้าสู่ฤดูหนาว สภาพอากาศเปลี่ยนแปลง อุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง หลายพื้นที่อาจมีอากาศหนาวถึงหนาวจัด โดยเฉพาะจังหวัดในแถบพื้นที่ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลางในบางพื้นที่ ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพของประชาชน เนื่องจากอาจเกิดความเจ็บป่วยหรือเสียชีวิตด้วยโรคและภาวะอากาศหนาว โดยเฉพาะโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ หรือระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคอุจจาระร่วง

ในการนี้ เพื่อเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นและแพร่ระบาดในเรือนจำ ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพของผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ ได้กำหนดแนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว ให้เรือนจำ/ทัณฑสถานทั่วประเทศ ถือปฏิบัติ ดังนี้

๑. ตรวจคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการและอาการแสดง ดังนี้

๑.๑ มีไข้สูง หนาวสั่น อ่อนเพลียเฉียบพลัน ปวดศีรษะรุนแรง คลื่นไส้ น้ำมูกใส คัดจมูก ไอแห้ง เจ็บคอ มีเสมหะมาก เบื่ออาหาร ปวดเมื่อยตามตัวและกล้ามเนื้อ ให้แยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น ให้ยาลดไข้ หากมีอาการที่รุนแรง เช่น น้ำมูกหรือเสมหะเหลืองเขียว ปวดหู หูอื้อ ปวดศีรษะมาก และมีอาการหอบเหนื่อย ให้รีบส่งพบแพทย์เพื่อการวินิจฉัยและรับการรักษาโดยเร็ว

๑.๒ จากข้อ ๑.๑ หากพบอาการอื่นร่วมด้วย เช่น หายใจลำบาก หายใจหอบเร็ว คลื่นไส้อาเจียน ไอรุนแรงร้าวไปหัวไหล่/สีข้าง เจ็บบริเวณหน้าอกขณะหายใจเข้า ให้ส่งเข้ารับการรักษาทันที ตั้งแต่ระยะแรกที่ป่วยและป้องกันความรุนแรงของโรคที่อาจเกิดขึ้น กรณีตรวจพบผู้ป่วยเป็นกลุ่มก้อน มากกว่า ๕ - ๑๐ ราย ให้ประสานโรงพยาบาลแม่ข่ายเข้าสอบสวนหาสาเหตุ เฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมสถานการณ์ไม่ให้เกิดการระบาดลุกลามเป็นวงกว้าง พร้อมแจกวัสดุอุปกรณ์ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ และรายงานให้กรมราชทัณฑ์ทราบทันที ภายใน ๒๔ ชั่วโมง

๒. คัดกรองเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ ก่อนเข้าปฏิบัติหน้าที่ภายในเรือนจำ กรณีมีอาการสงสัยป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ ให้ดำเนินการป้องกันตนเองไม่ให้แพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่น และคัดกรองญาติที่มาเยี่ยมทุกราย หากมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น เจ็บคอ มีน้ำมูก มีไข้ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ให้สวมใส่หน้ากากอนามัย และแนะนำการปฏิบัติตัวในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไปยังผู้อื่นในขณะเข้าเยี่ยม

๓. ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์และผู้ต้องขังทราบ เรื่อง โรคและภัยสุขภาพที่พบในฤดูหนาว เช่น โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคอุจจาระร่วง และการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รักษาความสะอาดสิ่งของที่อยู่อาศัย สวมใส่หน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในสถานที่แออัดหรือเมื่อสัมผัสกับผู้ป่วย ล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ รักษาสุขอนามัยตนเองให้ดี ทำร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เพราะเสี่ยงต่อการป่วยและติดเชื้อได้ง่าย

/ ๔. เน้นย้ำเรื่อง ...

๔. เน้นย้ำเรื่อง การตรวจคุณภาพอาหารดิบ การปรุงอาหารของสูทกรรม ให้ถูกสุขอนามัย ปรุงสุกใหม่ ไม่ควรเป็นอาหารที่ปรุงสุก ๆ ดิบ ๆ หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านาน ๆ และเข้มงวดเรื่องการจำหน่ายน้ำแข็งที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อนให้กับผู้ต้องขัง รวมถึงจัดเตรียมน้ำดื่มสะอาดให้เพียงพอต่อผู้ต้องขัง

๕. ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี โดยเฉพาะกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่ออาการป่วยของโรครุนแรง เช่น กลุ่มเปราะบาง ๖๐๘ โดยประสานขอรับการสนับสนุนวัคซีนฯ และอุปกรณ์การฉีดจากโรงพยาบาลแม่ข่าย พร้อมรายงานผลการดำเนินงานให้ กรมราชทัณฑ์ทราบ ผ่านไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ docpremed@gmail.com

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และถือปฏิบัติโดยเคร่งครัดต่อไป

(นายอายุตม์ สินธพพันธุ์)
อธิบดีกรมราชทัณฑ์

ผู้บัญชาการเรือนจำ/ผู้อำนวยการทัณฑสถาน ๖๖ แห่ง

๑. เรือนจำพิเศษกรุงเทพมหานคร
๒. เรือนจำพิเศษธนบุรี
๓. เรือนจำพิเศษพัทยา
๔. เรือนจำพิเศษมีนบุรี
๕. เรือนจำกลางกำแพงเพชร
๖. เรือนจำกลางขอนแก่น
๗. เรือนจำกลางเขาบิน
๘. เรือนจำกลางคลองเปรม
๙. เรือนจำกลางคลองไผ่
๑๐. เรือนจำกลางฉะเชิงเทรา
๑๑. เรือนจำกลางชลบุรี
๑๒. เรือนจำกลางเชียงราย
๑๓. เรือนจำกลางเชียงใหม่
๑๔. เรือนจำกลางตาก
๑๕. เรือนจำกลางนครปฐม
๑๖. เรือนจำกลางนครพนม
๑๗. เรือนจำกลางนครราชสีมา
๑๘. เรือนจำกลางนครศรีธรรมราช
๑๙. เรือนจำกลางนครสวรรค์
๒๐. เรือนจำกลางบางขวาง
๒๑. เรือนจำกลางปัตตานี
๒๒. เรือนจำกลางพระนครศรีอยุธยา
๒๓. เรือนจำกลางพัทลุง
๒๔. เรือนจำกลางพิษณุโลก
๒๕. เรือนจำกลางเพชรบุรี
๒๖. เรือนจำกลางยะลา
๒๗. เรือนจำกลางระยอง
๒๘. เรือนจำกลางราชบุรี
๒๙. เรือนจำกลางลพบุรี
๓๐. เรือนจำกลางลำปาง
๓๑. เรือนจำกลางสงขลา
๓๒. เรือนจำกลางสมุทรปราการ
๓๓. เรือนจำกลางสมุทรสงคราม
๓๔. เรือนจำกลางสุราษฎร์ธานี
๓๕. เรือนจำกลางสุรินทร์

ผู้บัญชาการเรือนจำ/ผู้อำนวยการทัณฑสถาน ๖๖ แห่ง (ต่อ)

๓๖. เรือนจำกลางอุดรธานี
๓๗. เรือนจำกลางอุบลราชธานี
๓๘. ทัณฑสถานเกษตรอุตสาหกรรมเขาพริก
๓๙. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษกลาง
๔๐. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษขอนแก่น
๔๑. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษจังหวัดปทุมธานี
๔๒. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษพระนครศรีอยุธยา
๔๓. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษลำปาง
๔๔. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษสงขลา
๔๕. ทัณฑสถานบำบัดพิเศษหญิง
๔๖. ทัณฑสถานเปิดทุ่งเบญจา
๔๗. ทัณฑสถานเปิดบ้านนาวง
๔๘. ทัณฑสถานเปิดบ้านเนินสูง
๔๙. ทัณฑสถานเปิดหนองน้ำขุ่น
๕๐. ทัณฑสถานเปิดห้วยโป่ง
๕๑. ทัณฑสถานโรงพยาบาลราชทัณฑ์
๕๒. ทัณฑสถานวัยหนุ่มกลาง
๕๓. ทัณฑสถานวัยหนุ่มนครศรีธรรมราช
๕๔. ทัณฑสถานวัยหนุ่มพระนครศรีอยุธยา
๕๕. ทัณฑสถานหญิงกลาง
๕๖. ทัณฑสถานหญิงชลบุรี
๕๗. ทัณฑสถานหญิงเชียงใหม่
๕๘. ทัณฑสถานหญิงธนบุรี
๕๙. ทัณฑสถานหญิงนครราชสีมา
๖๐. ทัณฑสถานหญิงพิษณุโลก
๖๑. ทัณฑสถานหญิงสงขลา
๖๒. สถานกักขังกลางจังหวัดตราด
๖๓. สถานกักขังกลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
๖๔. สถานกักขังกลางจังหวัดปทุมธานี
๖๕. สถานกักขังกลางจังหวัดร้อยเอ็ด
๖๖. สถานกักขังกลางจังหวัดลำปาง



ด่วนที่สุด

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/ ๓๑๙๗๔

ถึง เรือนจำจังหวัด/เรือนจำอำเภอ

กรมราชทัณฑ์ ได้มีหนังสือ ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๓๑๙๗๕ ลงวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕
เรื่อง แจ้งแนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคที่เกิดในฤดูหนาว

ฉะนั้น จึงขอส่งสำเนาหนังสือดังกล่าวมาเพื่อดำเนินการต่อไป



กองบริการทางการแพทย์
กลุ่มงานเวชกรรมป้องกัน
โทรศัพท์ ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๓
โทรสาร ๐ ๒๙๖๗ ๒๑๔๖

เรือนจำจังหวัด/เรือนจำอำเภอ ๗๖ แห่ง

๑. เรือนจำจังหวัดกระบี่ / จังหวัดกระบี่
๒. เรือนจำจังหวัดกาญจนบุรี / จังหวัดกาญจนบุรี
๓. เรือนจำจังหวัดกาฬสินธุ์ / จังหวัดกาฬสินธุ์
๔. เรือนจำจังหวัดจันทบุรี / จังหวัดจันทบุรี
๕. เรือนจำจังหวัดชัยนาท / จังหวัดชัยนาท
๖. เรือนจำจังหวัดชัยภูมิ / จังหวัดชัยภูมิ
๗. เรือนจำจังหวัดชุมพร / จังหวัดชุมพร
๘. เรือนจำจังหวัดตรัง / จังหวัดตรัง
๙. เรือนจำจังหวัดตราด / จังหวัดตราด
๑๐. เรือนจำจังหวัดนครนายก / จังหวัดนครนายก
๑๑. เรือนจำจังหวัดนนทบุรี / จังหวัดนนทบุรี
๑๒. เรือนจำจังหวัดนราธิวาส / จังหวัดนราธิวาส
๑๓. เรือนจำจังหวัดน่าน / จังหวัดน่าน
๑๔. เรือนจำจังหวัดบึงกาฬ / จังหวัดบึงกาฬ
๑๕. เรือนจำจังหวัดบุรีรัมย์ / จังหวัดบุรีรัมย์
๑๖. เรือนจำจังหวัดปทุมธานี / จังหวัดปทุมธานี
๑๗. เรือนจำจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ / จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
๑๘. เรือนจำจังหวัดปราจีนบุรี / จังหวัดปราจีนบุรี
๑๙. เรือนจำจังหวัดพะเยา / จังหวัดพะเยา
๒๐. เรือนจำจังหวัดพังงา / จังหวัดพังงา
๒๑. เรือนจำจังหวัดพระนครศรีอยุธยา / จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
๒๒. เรือนจำจังหวัดพิจิตร / จังหวัดพิจิตร
๒๓. เรือนจำจังหวัดพิษณุโลก / จังหวัดพิษณุโลก
๒๔. เรือนจำจังหวัดเพชรบูรณ์ / จังหวัดเพชรบูรณ์
๒๕. เรือนจำจังหวัดแพร่ / จังหวัดแพร่
๒๖. เรือนจำจังหวัดภูเก็ต / จังหวัดภูเก็ต
๒๗. เรือนจำจังหวัดมหาสารคาม / จังหวัดมหาสารคาม
๒๘. เรือนจำจังหวัดมุกดาหาร / จังหวัดมุกดาหาร
๒๙. เรือนจำจังหวัดแม่ฮ่องสอน / จังหวัดแม่ฮ่องสอน
๓๐. เรือนจำจังหวัดยโสธร / จังหวัดยโสธร
๓๑. เรือนจำจังหวัดระนอง / จังหวัดระนอง
๓๒. เรือนจำจังหวัดร้อยเอ็ด / จังหวัดร้อยเอ็ด
๓๓. เรือนจำจังหวัดลำพูน / จังหวัดลำพูน
๓๔. เรือนจำจังหวัดเลย / จังหวัดเลย
๓๕. เรือนจำจังหวัดศรีสะเกษ / จังหวัดศรีสะเกษ
๓๖. เรือนจำจังหวัดสกลนคร / จังหวัดสกลนคร
๓๗. เรือนจำจังหวัดสงขลา / จังหวัดสงขลา
๓๘. เรือนจำจังหวัดสตูล / จังหวัดสตูล

เรือนจำจังหวัด / เรือนจำอำเภอ ๗๖ แห่ง (ต่อ)

๓๙. เรือนจำจังหวัดสมุทรสาคร / จังหวัดสมุทรสาคร
๔๐. เรือนจำจังหวัดสระแก้ว / จังหวัดสระแก้ว
๔๑. เรือนจำจังหวัดสระบุรี / จังหวัดสระบุรี
๔๒. เรือนจำจังหวัดสิงห์บุรี / จังหวัดสิงห์บุรี
๔๓. เรือนจำจังหวัดสุโขทัย / จังหวัดสุโขทัย
๔๔. เรือนจำจังหวัดสุพรรณบุรี / จังหวัดสุพรรณบุรี
๔๕. เรือนจำจังหวัดหนองคาย / จังหวัดหนองคาย
๔๖. เรือนจำจังหวัดหนองบัวลำภู / จังหวัดหนองบัวลำภู
๔๗. เรือนจำจังหวัดอ่างทอง / จังหวัดอ่างทอง
๔๘. เรือนจำจังหวัดอุตรดิตถ์ / จังหวัดอุตรดิตถ์
๔๙. เรือนจำจังหวัดอุทัยธานี / จังหวัดอุทัยธานี
๕๐. เรือนจำจังหวัดอำนาจเจริญ / จังหวัดอำนาจเจริญ
๕๑. เรือนจำอำเภอกบินทร์บุรี / จังหวัดปราจีนบุรี
๕๒. เรือนจำอำเภอกันทรลักษณ์ / จังหวัดศรีสะเกษ
๕๓. เรือนจำอำเภอเกาะสมุย / จังวัดสุราษฎร์ธานี
๕๔. เรือนจำอำเภอชัยบาดาล / จังหวัดลพบุรี
๕๕. เรือนจำอำเภอไชยา / จังหวัดสุราษฎร์ธานี
๕๖. เรือนจำอำเภอตะกั่วป่า / จังหวัดพังงา
๕๗. เรือนจำอำเภอทองผาภูมิ / จังหวัดกาญจนบุรี
๕๘. เรือนจำอำเภอทุ่งสง / จังหวัดนครศรีธรรมราช
๕๙. เรือนจำอำเภอเทิง / จังหวัดเชียงราย
๖๐. เรือนจำอำเภอธัญบุรี / จังหวัดปทุมธานี
๖๑. เรือนจำอำเภอนางรอง / จังหวัดบุรีรัมย์
๖๒. เรือนจำอำเภอนาทวี / จังหวัดสงขลา
๖๓. เรือนจำอำเภอบัวใหญ่ / จังหวัดนครราชสีมา
๖๔. เรือนจำอำเภอเบตง / จังหวัดยะลา
๖๕. เรือนจำอำเภอปากพนัง / จังหวัดนครศรีธรรมราช
๖๖. เรือนจำอำเภอฝาง / จังหวัดเชียงใหม่
๖๗. เรือนจำอำเภอพล / จังหวัดขอนแก่น
๖๘. เรือนจำอำเภอภูเขียว / จังหวัดชัยภูมิ
๖๙. เรือนจำอำเภอแม่สอด / จังหวัดตาก
๗๐. เรือนจำอำเภอแม่สะเรียง / จังหวัดแม่ฮ่องสอน
๗๑. เรือนจำอำเภอรัตนบุรี / จังหวัดสุรินทร์
๗๒. เรือนจำอำเภอสวรรคโลก / จังหวัดสุโขทัย
๗๓. เรือนจำอำเภอสว่างแดนดิน / จังหวัดสกลนคร
๗๔. เรือนจำอำเภอสีคิ้ว / จังหวัดนครราชสีมา
๗๕. เรือนจำอำเภอหล่มสัก / จังหวัดเพชรบูรณ์
๗๖. เรือนจำอำเภอหลังสวน / จังหวัดชุมพร



ประกาศกรมควบคุมโรค
เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ที่เกิดในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๕

ด้วยประเทศไทยขณะนี้เป็นช่วงเวลาที่เข้าสู่ฤดูหนาวที่มีสภาพอากาศเปลี่ยนแปลง บางพื้นที่อาจมีอากาศหนาวเย็นจัดอุณหภูมิลดลงอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะจังหวัดในแถบพื้นที่ทางภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลางในบางจังหวัด รวมถึงในพื้นที่ที่มีภูเขาสูงและป่าไม้ล้อมรอบ ซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยของประชาชน และเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่ต้องรองรับนักท่องเที่ยวที่เพิ่มมากขึ้นในช่วงวันหยุด ซึ่งอาจส่งผลต่อสุขภาพ และเพิ่มแนวโน้มความเจ็บป่วยด้วยโรคและภัยสุขภาพในช่วงฤดูหนาว

ทั้งนี้ การเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศนี้เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคและภัยสุขภาพ กรมควบคุมโรค ในฐานะหน่วยงานที่มีบทบาทภารกิจเกี่ยวกับการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรค และภัยคุกคามทางสุขภาพ มีความห่วงใยในสุขภาพของประชาชน จึงขอให้ประชาชนหมั่นดูแลร่างกายให้อบอุ่น และแข็งแรงอยู่เสมอ เพื่อลดโอกาสที่จะเจ็บป่วยจากโรคและภัยสุขภาพ ดังนี้

๑. โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ
   ๑.๑ โรคไข้หวัดใหญ่
   ๑.๒ โรคปอดอักเสบ
๒. โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ
   ๒.๑ โรคอุจจาระร่วง
๓. โรคติดต่อที่สำคัญอื่น ๆ ในช่วงฤดูหนาว
   ๓.๑ โรคหัด
๔. ภัยสุขภาพ ได้แก่
   ๔.๑ การเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

รายละเอียดของโรคติดต่อและภัยสุขภาพปรากฏตามเอกสารแนบท้ายประกาศนี้

จึงประกาศให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๒๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

(นายธเรศ กรัษนัยรวิวงศ์)
อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
รักษาราชการแทนอธิบดีกรมควบคุมโรค

รายละเอียดโรคติดต่อและภัยสุขภาพ
แนบท้ายประกาศกรมควบคุมโรค
เรื่อง การป้องกันโรคและภัยสุขภาพ ที่เกิดในช่วงฤดูหนาวของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๕
ลงวันที่ ๒๙ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

---

๑. โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ

๑.๑ โรคไข้หวัดใหญ่

โรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ เกิดจากเชื้ออินฟลูเอ็นซาไวรัส (Influenza virus) หรือไวรัสไข้หวัดใหญ่ ซึ่งมี ๓ ชนิด คือ Influenza A B และ C สามารถแพร่กระจายเชื้อจากคนสู่คนได้ผ่านทางการหายใจ หรือสัมผัสละอองฝอยจากน้ำมูก น้ำลายที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ ผ่านการไอ จามเข้าสู่ร่างกายทางจมูก ตาหรือปาก ผู้ป่วยมักมีไข้สูงเฉียบพลัน ไอ หนาวสั่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้ออ่อนเพลีย เจ็บคอ น้ำมูกไหล ตาแดง และตาแฉะ โดยส่วนมากผู้ป่วยจะหายได้เอง แต่ในบางกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนและอาการรุนแรง เช่น เด็กเล็กหรือผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว โรคไข้หวัดใหญ่สามารถพบได้ทุกกลุ่มอายุ แต่จะพบมากในเด็ก และมีอัตราการเสียชีวิตสูงในผู้ที่มีอายุมากกว่า ๖๐ ปี หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว

ข้อมูลจากการเฝ้าระวังโรค (รง.๕๐๖) กองระบาดวิทยา พบว่าในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๐ – ๒๕๖๔) มีแนวโน้มการรายงานผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ที่สูงขึ้น โดยในปี พ.ศ. ๒๕๖๒ มีรายงานผู้ป่วยสูงสุด ๓๙๖,๓๖๓ ราย (๖๐๖.๐๐ ต่อประชากรแสนคน) และค่อย ๆ ลดลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โดยในปี พ.ศ. ๒๕๖๕ ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม – ๑๗ กันยายน ๒๕๖๕ ได้รับรายงานผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่ ๒๙,๗๗๗ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๔๕.๐๐ ต่อประชากรแสนคน มีรายงานผู้เสียชีวิตจากเชื้อไวรัสไข้หวัดใหญ่ชนิดเอ ๑ ราย ในจังหวัดนครราชสีมา จากการรายงานพบว่าอัตราส่วนผู้ป่วยเพศชายต่อเพศหญิงอยู่ที่ ๑: ๑.๐๕ มีอัตราป่วยสูงในกลุ่มอายุ ๐–๔ ปี (๑๙๒.๙๖ ต่อประชากรแสนคน) กลุ่มอายุ ๕–๑๔ ปี (๙๔.๘๒) และกลุ่มอายุ ๑๕–๒๔ ปี (๕๖.๘๘) รองลงมาตามลำดับ และมีอัตราป่วยสูงสุดในภาคใต้ (๖๘.๔๙ ต่อประชากรแสนคน) รองลงมา คือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (๕๖.๖๓) ภาคเหนือ (๕๑.๑๑) และภาคกลาง (๒๐.๕๑) โดยในปัจจุบันรายงานผู้ป่วยไข้หวัดใหญ่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับช่วงเวลาเดียวกันของปีที่ผ่านมา ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการผ่อนคลายมาตรการป้องกัน และปรับลดระดับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สู่ "โรคติดต่อที่ต้องเฝ้าระวัง" ทั้งนี้โรคไข้หวัดใหญ่มักจะมีรายงานการระบาดและมีแนวโน้มจำนวนผู้ป่วยสูงขึ้นในช่วงฤดูหนาว ดังนั้น ประชาชนควรปฏิบัติตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัดเพื่อป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่ และโรคทางเดินหายใจอื่น ๆ

<u>การติดต่อ</u> เชื้อไวรัสที่อยู่ในเสมหะ น้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วยจะแพร่ติดต่อไปยังคนอื่น ๆ โดยการไอ จามรดกันโดยตรงหรือได้รับเชื้อทางอ้อมจากการสัมผัสสิ่งของเครื่องใช้ที่ปนเปื้อนเชื้อ เช่น แก้วน้ำ ลูกบิดประตู โทรศัพท์ ผ้าเช็ดมือ โดยเชื้อจะเข้าสู่ร่างกายผ่านทางจมูก ตา ปาก

ทั้งนี้ ผู้ป่วยอาจเริ่มแพร่เชื้อได้ตั้งแต่ ๑ วันก่อนป่วย ระยะแพร่เชื้อมักไม่เกิน ๗ วัน ซึ่งในช่วง ๓ วันแรกสามารถแพร่เชื้อได้มากที่สุด

<u>อาการ</u> ที่สำคัญ ได้แก่ มีไข้สูง (> ๓๘ องศาเซลเซียส) ไอ (ส่วนมากเป็นไอแห้ง ๆ) ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ไม่มีแรง เยื่อบุโพรงจมูกอักเสบและเจ็บคอ โดยในเด็กอาจพบอาการระบบทางเดินอาหารร่วมด้วย เช่น คลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง

๑.๒ ...

๑.๒ โรคปอดอักเสบ

โรคปอดอักเสบ (Pneumonia) เกิดจากการติดเชื้อที่ถุงลมฝอย (Alveoli) ภายในเนื้อเยื่อปอด ซึ่งเชื้อก่อโรคส่วนใหญ่เป็นได้ทั้งเชื้อแบคทีเรียและเชื้อไวรัส เช่น เชื้อแบคทีเรีย Streptococcus pneumonia, Haemophilus influenzae, Mycoplasma pneumoniae เชื้อไวรัส ไข้หวัดใหญ่ เชื้อ RSV เป็นต้น รวมถึงเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือเชื้อไวรัสอื่น ๆ อีกหลายชนิดนอกจากนี้ยังสามารถเกิดจากการติดเชื้อราบางชนิดด้วย

โรคนี้พบได้ในผู้ป่วยทุกกลุ่มอายุตั้งแต่เด็กเล็กไปจนถึงผู้สูงอายุ และมักมีอาการรุนแรงในผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง และผู้ที่มีประวัติโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ทั้งนี้ สามารถรักษาด้วยการให้ยาต้านจุลชีพตามเชื้อที่เป็นสาเหตุของโรค

ข้อมูลจากการเฝ้าระวังโรค (รง.๕๐๖) กองระบาดวิทยา พบว่าในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๐-๒๕๖๔) พบการรายงานผู้ป่วยปอดอักเสบตลอดทั้งปี เฉลี่ยเดือนละ ๒๐,๐๐๐ ราย และมีแนวโน้มสูงขึ้นในช่วงฤดูหนาว โดยในปี พ.ศ. ๒๕๖๕ ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม – ๑๗ กันยายน ๒๕๖๕ ได้รับรายงานผู้ป่วยโรคปอดอักเสบ ๑๔๕,๒๙๒ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๒๑๙.๕๗ ต่อประชากรแสนคน และมีรายงานผู้เสียชีวิต ๑๗๕ ราย (อัตราป่วยตาย ๐.๑๒) จากรายงานและพบว่าอัตราส่วนเพศชายต่อเพศหญิง ๑: ๐.๙๐ มีอัตราป่วยสูงในกลุ่มอายุ ๐–๔ ปี (๙๖๖.๙๒ ต่อประชากรแสนคน) รองลงมาเป็นกลุ่มอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป (๖๘๗.๖๕) และกลุ่มอายุ ๕๕-๖๔ ปี (๒๓๙.๓๘) และมีอัตราป่วยสูงในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (๒๖๓.๓๖ ต่อประชากรแสนคน) รองลงมา คือ ภาคเหนือ (๒๕๔.๘๗) ภาคใต้ (๒๓๑.๑๕) และภาคกลาง (๑๕๒.๒๕) จากสถานการณ์ปัจจุบันพบว่า ผู้ป่วยโรคปอดอักเสบเริ่มมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเช่นเดียวกันกับโรคไข้หวัดใหญ่ พบผู้ป่วยสูงในเด็กอายุต่ำกว่า ๔ ปี และผู้สูงอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป อีกทั้งยังพบผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นกลุ่มผู้สูงอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๕๙.๔๓ ดังนั้น ประชาชนทั่วไปควรปฏิบัติตนเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเดินหายใจตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัด เพื่อลดอัตราป่วยและอัตราตายของโรคดังกล่าว

<u>การติดต่อ</u> เกิดจากการหายใจหรือสัมผัสละอองฝอยจากน้ำมูก น้ำลายที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัส เชื้อแบคทีเรียในผู้ป่วย ผ่านการไอ จาม แล้วนำมาสัมผัสที่จมูก ตา หรือปาก

<u>อาการ</u> ผู้ป่วยมีอาการไข้ ไอ และหายใจหอบเหนื่อย อาการดังกล่าวมักเป็นเฉียบพลัน ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงมักจะมีภาวะหายใจล้มเหลว และมีโอกาสเสียชีวิต รวมถึงการวินิจฉัยจากอาการทางคลินิกร่วมกับการอ่านภาพถ่ายรังสีเอกซเรย์ปอด

<u>การป้องกันโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ</u>

๑. ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง โดยออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และพักผ่อนให้เพียงพอ

๒. ดูแลร่างกายให้อบอุ่นในช่วงอากาศหนาวหรืออากาศเปลี่ยนแปลง

๓. ดูแลสุขลักษณะอนามัยเพื่อหลีกเลี่ยงการติดเชื้อ ดังนี้

- ไม่คลุกคลีใกล้ชิดกับผู้ป่วย
- ไม่ใช้แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดมือ ของเล่นร่วมกับผู้ป่วย
- ใช้ช้อนกลางทุกครั้ง เมื่อรับประทานอาหารร่วมกับผู้อื่น
- หมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำ และสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาดมือ เช็ดทำความสะอาดพื้นผิวและสิ่งของที่มีคนสัมผัสบ่อย ๆ
- หลีกเลี่ยงสถานที่ที่มีคนพลุกพล่าน แออัด อากาศถ่ายเทไม่สะดวก เช่น ห้างสรรพสินค้า

๔. ผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจรวมถึงไข้หวัดใหญ่ ต้องป้องกันการแพร่เชื้อให้ผู้อื่น โดยการปฏิบัติตัวดังนี้

- ควรหยุดเรียน หยุดงาน แม้จะมีอาการไม่มากก็ควรหยุดพักรักษาตัวอยู่ที่บ้านเป็นเวลา ๓ – ๗ วัน หรือจนกว่าจะหายเป็นปกติ
- สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้ง เมื่อต้องคลุกคลีกับผู้อื่น

- ใช้กระดาษ...

-ใช้กระดาษทิชชู่หรือผ้าเช็ดหน้าปิดปาก ปิดจมูกทุกครั้ง เวลาไอ จาม และหมั่นล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่หรือเจลล้างมือ

สำหรับวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ จะเน้นการฉีดในกลุ่มที่มีความเสี่ยงที่อาจเกิดอาการรุนแรง ได้แก่ เด็กอายุ ๖ เดือน ถึง ๒ ปี, หญิงตั้งครรภ์ ตั้งแต่ ๔ เดือนขึ้นไป, ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ๗ กลุ่มโรค (โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจ หลอดเลือดสมอง ไตวาย เบาหวาน และผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับเคมีบำบัด), ผู้ที่สูงอายุที่มีอายุมากกว่า ๖๕ ปีขึ้นไป, ผู้พิการทางสมองที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้, โรคธาลัสซีเมีย และผู้ที่มีภูมิคุ้มกันบกพร่อง (รวมผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการ) และโรคอ้วน น้ำหนักตัวมากกว่า ๑๐๐ กก. หรือมี BMI มากกว่า ๓๕ กิโลกรัมต่อตารางเมตร ผู้ที่มีโรคประจำตัวหรืออยู่ในกลุ่มเสี่ยงดังกล่าวจึงควรเข้ารับการฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันอาการรุนแรง

๒. โรคติดต่อทางเดินอาหารและน้ำ

๒.๑ โรคอุจจาระร่วง

โรคอุจจาระร่วง (Diarrhea) พบได้ในประชากรทุกกลุ่มวัย เกิดจากการรับประทานอาหารหรือน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อก่อโรค การล้างมือไม่สะอาดก่อนเตรียมหรือปรุงอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร หรือหลังจากเข้าห้องน้ำ การใช้ภาชนะที่ไม่สะอาด การสัมผัสกับคน สิ่งของ หรือพื้นผิวต่าง ๆ ที่มีการปนเปื้อนอุจจาระของผู้ป่วยที่ไม่ได้ทำความสะอาด โดยเชื้อก่อโรคอาจเกิดจากโปรโตซัว ปรสิต หนอนพยาธิ สารเคมี เชื้อแบคทีเรีย เช่น Staphylococcus aureus , E. coli, Campylobacter และเชื้อไวรัส เป็นต้น ซึ่งเชื้อไวรัสที่มักจะพบการระบาดได้บ่อยในช่วงฤดูหนาว ได้แก่ Rotavirus และ Norovirus ผู้ป่วยจะมีอาการถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำอย่างน้อย ๓ ครั้ง หรือถ่ายปนมูกเลือดอย่างน้อย ๑ ครั้ง ภายในระยะเวลา ๒๔ ชั่วโมง อาจมีอาการอื่น ๆ ร่วมด้วย ได้แก่ อาเจียน หรืออาการของการสูญเสียสารน้ำและเกลือแร่ เช่น ปากแห้ง อ่อนเพลีย ไม่มีแรง ปัสสาวะออกลดลง ความดันต่ำ และช็อกได้ เป็นต้น ทั้งนี้ความรุนแรงจะขึ้นอยู่กับสาเหตุของอาการท้องเสียด้วย

ข้อมูลจากการเฝ้าระวังโรค (รง.๕๐๖) กองระบาดวิทยา ในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๐-๒๕๖๔) พบการรายงานผู้ป่วยตลอดทั้งปี แต่จะมีการรายงานสูงขึ้นในช่วงต้นปีและค่อย ๆ ลดลงไปตอนปลายปี และในปี พ.ศ. ๒๕๖๕ ได้รับรายงานผู้ป่วยโรคอุจจาระร่วงสะสม ๔๒๕,๘๔๐ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๖๔๓.๕๔ ต่อประชากรแสนคน ยังไม่พบรายงานผู้ป่วยเสียชีวิต อัตราส่วนเพศชายต่อเพศหญิง ๑ : ๑.๔๖ เป็นผู้ป่วยสัญชาติไทย ร้อยละ ๙๗.๙ ผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุต่ำกว่า ๕ ปี ร้อยละ ๑๖.๔๑ กลุ่มอายุมากกว่า ๖๕ ปีขึ้นไป (๑๕.๑๙) และกลุ่มอายุ ๒๕-๓๔ ปี (๑๓.๖๗) พื้นที่ที่มีอัตราป่วยต่อประชากรแสนคนสูงสุด ๕ อันดับแรก ได้แก่ มุกดาหาร (๑,๔๒๑.๔๐) อำนาจเจริญ (๑,๓๘๗.๕๔) เชียงราย (๑,๒๙๘.๐๓) ภูเก็ต (๑,๒๖๐.๕๕) และ มหาสารคาม (๑,๑๕๓.๓๑) ตามลำดับ

ข้อมูลจากการเฝ้าระวังเชื้อก่อโรคอุจจาระร่วงร่วมกับโรงพยาบาลเครือข่ายระหว่างวันที่ ๑ มกราคม - ๑๔ เมษายน ๒๕๖๕ โดยเฝ้าระวังในผู้ป่วยอุจจาระร่วงไม่จำกัดอายุ เพื่อตรวจหาเชื้อไวรัสก่อโรคอุจจาระร่วงที่พบบ่อย ได้แก่ Rotavirus Norovirus Astrovirus Sapovirus และ Adenovirus จำนวน ๑๗๒ ตัวอย่าง ซึ่งร้อยละ ๕๘ ของผู้ป่วย อยู่ในกลุ่มอายุต่ำกว่า ๕ ปี ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการพบว่า ตรวจพบเชื้อไวรัสก่อโรคอุจจาระร่วง ๕๓ ตัวอย่างจาก ๑๗๒ ตัวอย่าง (๓๐.๘๑) และเชื้อที่พบมากที่สุด ได้แก่ Norovirus GII ร้อยละ ๗๗.๑๙ รองลงมา คือ Rotavirus (๘.๗๗) Norovirus GI (๕.๒๖) Astrovirus (๓.๕๐) Sapovirus (๓.๕๐) และ Adenovius (๑.๗๕) ทั้งนี้ ผู้ป่วยบางรายอาจตรวจพบเชื้อได้มากกว่า ๑ ชนิด การตรวจพบเชื้อไวรัสก่อโรคอุจจาระร่วง โดยเฉพาะ Norovirus และ Rotavirus มักพบสูงขึ้นในช่วงฤดูหนาว เนื่องจากสภาวะอากาศที่แห้งและเย็น ทำให้เชื้อสามารถเจริญได้ดี ส่งผลให้อาหารและน้ำดื่มมีโอกาสปนเปื้อน และเกิดโรคอุจจาระร่วงได้อีกทั้ง Rotavirus และ Norovirus เป็นไวรัสชนิดที่ติดต่อกันได้ง่าย ชอบแฝงตัวอยู่ตามสิ่งของ เช่น ของเล่นเด็ก ดังนั้น จึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้พบโรคอุจจาระร่วงได้มากในเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี

การติดต่อ...

การติดต่อ จากการรับประทานอาหารหรือน้ำที่ไม่สะอาด มีการปนเปื้อนเชื้อโรค เช่น ไวรัส แบคทีเรีย หรือสารเคมี รวมถึงการล้างมือไม่สะอาดก่อนรับประทานอาหาร

อาการ ถ่ายเหลวมากกว่า ๓ ครั้งขึ้นไปภายใน ๒๔ ชั่วโมงหรือถ่ายเป็นน้ำจำนวนมากหรือถ่ายมีมูกปนเลือดอย่างน้อย ๑ ครั้ง อาจมีไข้หรืออาเจียนร่วมด้วย ส่วนใหญ่มักหายได้เอง แต่ในบางรายอาจสูญเสียน้ำและเกลือแร่ไปพร้อมกับการถ่ายอุจจาระจำนวนมากจนอาจทำให้ช็อก หมดสติ และเสียชีวิต

การป้องกันโรคอุจจาระร่วง

๑. การรักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล ล้างมือให้สะอาดทั้งก่อนและหลังการประกอบอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร หลังจากเข้าห้องน้ำ และหลังจากสัมผัสสิ่งสกปรกทุกครั้ง

๒. วิธีป้องกันโรคอุจจาระร่วงจาก Rotavirus ในเด็กเล็ก คือ การฉีดวัคซีนป้องกันเชื้อ Rotavirus รวมไปถึงการมีสุขอนามัยที่ดี รักษาความสะอาดภาชนะ และทำความสะอาดของเล่นเด็กสม่ำเสมอ

๓. รับประทานอาหารที่สะอาด ปรุงสุกใหม่ หากต้องการเก็บรักษาอาหารที่เหลือจากการรับประทานหรืออาหารสำเร็จรูปที่ซื้อไว้ ควรเก็บในตู้เย็น หรือภาชนะที่ปิดมิดชิด

๔. ดื่มน้ำสะอาด หรือน้ำต้มสุก หรือน้ำบรรจุขวดที่มีฝาปิดสนิท และเลือกซื้อน้ำแข็งที่ถูกหลักอนามัย

๕. เลือกบริโภคอาหารที่ผ่านกระบวนการผลิตอย่างปลอดภัย เลือกนมที่ผ่านกระบวนการพาสเจอร์ไรซ์ ผักและผลไม้ควรทำความสะอาดด้วยน้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้ง

๖. ถังขยะควรมีฝาปิดมิดชิด และกำจัดสิ่งปฏิกูลอย่างสม่ำเสมอ เพื่อมิให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวันและป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค

๗. ในกรณีผู้ประกอบอาหาร และพนักงานเสิร์ฟ ควรมีการตรวจสุขภาพอยู่เสมอ ควรใส่หมวกและชุดอุปกรณ์ในการป้องกันการแพร่เชื้อโรค ตัดเล็บให้สั้น ทำความสะอาดวัสดุ อุปกรณ์ในการประกอบอาหารให้สะอาดอยู่เสมอ และเมื่อมีอาการอุจจาระร่วงควรหยุดปฏิบัติงานหรือหลีกเลี่ยงการสัมผัสอาหารจนกว่าจะหายหรือตรวจไม่พบเชื้อในอุจจาระ

๓. โรคติดต่อที่สำคัญอื่น ๆ ในช่วงฤดูหนาว

๓.๑ โรคหัด

โรคหัดเกิดจากเชื้อไวรัสหัด (Measles virus) พบได้ในจมูกและลำคอของผู้ป่วย ติดต่อโดยการไอ จาม หรือพูดคุยระยะใกล้ชิด แพร่กระจายได้ง่ายเมื่อผู้ป่วยหายใจหรือไอ จาม ละอองอากาศที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสจะสามารถอยู่ในอากาศ หรือพื้นผิวได้นานถึง ๒ ชั่วโมง ทั้งนี้ผู้ป่วยสามารถแพร่เชื้อได้ในระยะ ๑–๒ วัน ก่อนที่จะเริ่มมีอาการ (๓ ถึง ๕ วัน ก่อนผื่นขึ้น) ไปจนถึงระยะหลังผื่นขึ้นแล้ว ๔ วัน ผู้ป่วยมีไข้ น้ำมูกไหล มักจะไอแห้ง ๆ ตลอดเวลา หลังจากนั้นจะมีไข้สูง ตาแดงกำและแฉะ อาจมีไข้สูงประมาณ ๓–๔ วัน จึงเริ่มมีผื่นขึ้นลักษณะผื่นนูนแดง (maculopapular rash) ติดกันเป็นปื้น ๆ

ข้อมูลจากการเฝ้าระวังโรค (รง.๕๐๖) กองระบาดวิทยา พบว่าในช่วง ๕ ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. ๒๕๖๐ – ๒๕๖๔) มีแนวโน้มการรายงานผู้ป่วยโรคหัดสูงขึ้น เฉลี่ยปีละ ๓,๐๐๐ รายในช่วงฤดูหนาว มีอัตราป่วยสูงในเด็กต่ำกว่า ๕ ปี และกลุ่มวัยทำงาน ๑๕–๒๙ ปี โดยผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ได้รับวัคซีนหรือไม่แน่ใจว่าเคยรับวัคซีนป้องกันโรคหัด สำหรับปี พ.ศ. ๒๕๖๔ จำนวนผู้ป่วยโรคหัดลดลง ร้อยละ ๘๑ เมื่อเทียบกับปีก่อนหน้า โดยในปี ๒๕๖๕ ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม – ๑๔ กันยายน ๒๕๖๕ ได้รับรายงานผู้ป่วยโรคหัด ๑๑๖ ราย คิดเป็นอัตราป่วย ๐.๑๘ ต่อประชากรแสนคน จากรายงานและพบว่าอัตราส่วนเพศชายต่อเพศหญิง ๑ : ๑ มีอัตราป่วยสูงในเด็กอายุน้อยกว่า ๓ ปี (๔.๑๗ ต่อประชากรแสนคน) รองลงมาตามลำดับ คือ กลุ่มเด็กเล็กอายุ ๑–๔ ปี (๐.๗๙) วัยเรียน ๑๐–๑๙ ปี (๐.๓๐) วัยเรียน ๕–๙ ปี (๐.๒๙) กลุ่มวัยแรงงานอายุ ๒๐–๓๙ ปี (๐.๓๑) อายุ ๔๐ ปีขึ้นไป (๐.๐๔) ตามลำดับ และมีอัตราป่วยสูงสุดใน ๕ จังหวัด ได้แก่จังหวัดนราธิวาส (๐.๘๖) ยะลา (๐.๗๔) สตูล (๐.๖๒) กำแพงเพชร (๐.๕๖) และภูเก็ต (๐.๔๘) ตามลำดับ ช่วงที่มีอัตราป่วยสูงสุดในเดือนมิถุนายนถึงสิงหาคม ๒๕๖๕

และจาก...

และจากระบบคลังข้อมูลสุขภาพ Health Data Center (HDC) พบว่าปี ๒๕๖๕ ความครอบคลุมของการฉีดวัคซีน (MMR) อยู่ที่ร้อยละ ๘๕ ซึ่งต่ำกว่าเป้าหมายร้อยละ ๙๕ จึงมีความเป็นไปได้ที่จะมีการระบาดของโรคเกิดขึ้นได้ โดยเฉพาะในช่วงที่มีการผ่อนคลายมาตรการควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ร่วมกับในฤดูหนาวที่ไวรัสอาจจะอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้นานกว่าปกติ

การติดต่อ การหายใจเอาละอองอากาศที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัส จากการไอ จามของผู้ป่วย หรือพูดกันในระยะใกล้ชิด ผู้ป่วยสามารถแพร่เชื้อได้ในระยะ ๑-๒ วัน ก่อนที่จะเริ่มมีอาการ (๓ ถึง ๕ วัน ก่อนผื่นขึ้น) ไปจนถึงระยะหลังผื่นขึ้นแล้ว ๔ วัน

อาการ คล้ายคลึงกับอาการของไข้หวัดธรรมดา คือ มีไข้ น้ำมูกไหล มักจะไอแห้ง ๆ ตลอดเวลา หลังจากนั้นจะมีไข้สูง ตาแดงกำ่และแฉะ อาจมีไข้สูงประมาณ ๓-๔ วัน จึงเริ่มมีผื่นขึ้นลักษณะผื่นนูนแดง (maculopapular rash) ติดกันเป็นปื้น ๆ

การป้องกันโรคหัด

การป้องกันโรคหัดที่ได้ผลดีที่สุด คือ การรับวัคซีนป้องกันโรคหัด (MMR) ให้ครบ ๒ ครั้ง โดยเข็มแรกเมื่อเด็กอายุ ๙-๑๒ เดือน เข็มที่สอง เมื่อเด็กอายุ ๑ ปีครึ่ง หรือหากไม่เคยได้รับวัคซีนเลยควรนำบุตรหลานเข้ารับวัคซีนในสถานบริการของรัฐใกล้บ้านเพื่อสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรค ในประชาชนทั่วไปให้หลีกเลี่ยงการสัมผัสกับผู้ป่วยโรคหัด และเมื่อได้รับแจ้งจากแพทย์ว่าเป็นโรคหัด ควรหยุดเรียน หยุดงาน และหลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัดอย่างน้อย ๔ วันหลังจากมีผื่นขึ้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของโรคในชุมชน

ในกรณีผู้ที่สัมผัสผู้ป่วยโรคหัดภายในระยะ ๗๒ ชั่วโมง อาจพิจารณาให้วัคซีน MMR ทันที ซึ่งจะป้องกันการเกิดโรคได้ การรักษาโรคหัดไม่มียารักษาจำเพาะ การให้วิตามินเอ (Vitamin A) สามารถลดความรุนแรงและอัตราการเสียชีวิตได้

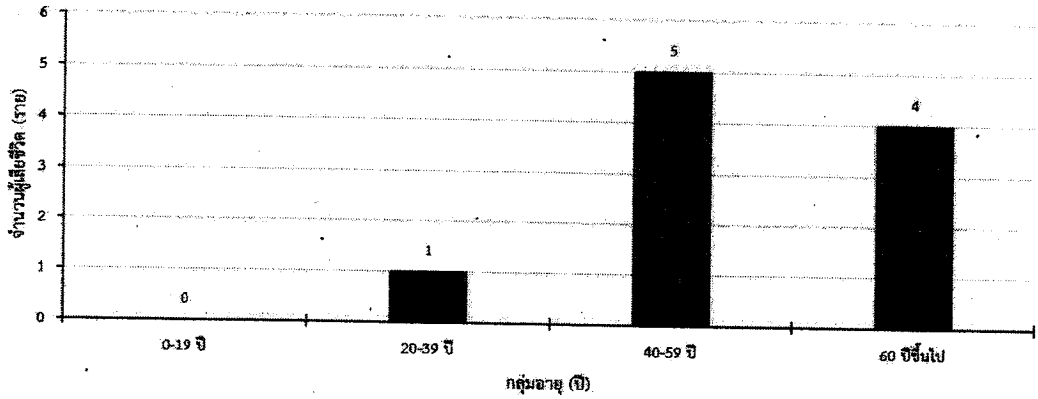
๔. ภัยสุขภาพ

๔.๑ การเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

กองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค ได้ติดตามเฝ้าระวังสถานการณ์การเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว (Cold-Weather related Deaths Surveillance Report) ในช่วงฤดูหนาวตามประกาศของกรมอุตุนิยมวิทยา ระหว่างวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ – ๑ มีนาคม ๒๕๖๕ โดยรวบรวมข้อมูลการเสียชีวิตที่อาจเกี่ยวเนื่องกับภาวะอากาศหนาวจากแหล่งข่าวและสื่อต่าง ๆ รายงานจากสถานบริการสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด และหน่วยงานอื่นๆ ที่แจ้งข่าว โดยได้กำหนดคำนิยามการรายงานดังนี้ **"ผู้เสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว"** หมายถึง การเสียชีวิตโดยไม่ทราบสาเหตุ ที่เกิดขึ้นในหรือนอกที่พักอาศัย เช่น บ้าน อาคาร สถานที่สาธารณะ ฯลฯ โดยไม่ได้มีเครื่องนุ่งห่มหรือเครื่องห่ม กันหนาวที่เพียงพอในพื้นที่อากาศหนาว และคาดว่าเกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

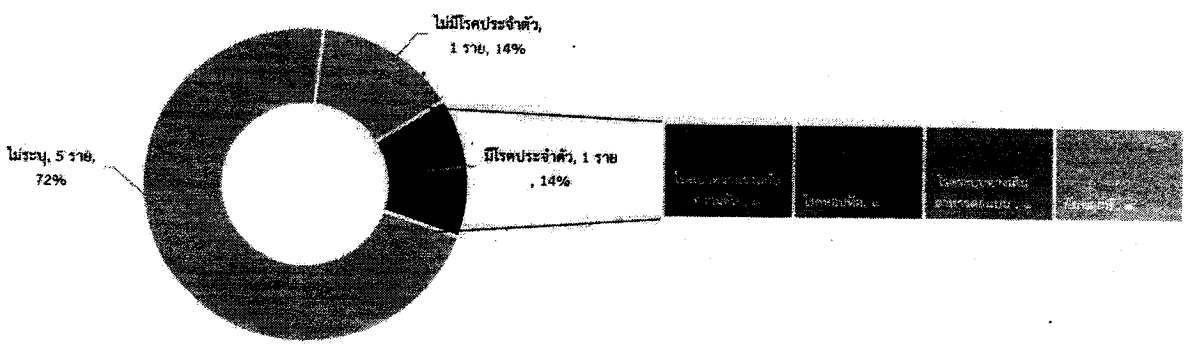
จากการเฝ้าระวังการเสียชีวิตที่เนื่องจากภาวะอากาศหนาว ระหว่างวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ – ๑ มีนาคม ๒๕๖๕ พบว่า มีผู้ป่วยเข้านิยามเฝ้าระวังรวมทั้งสิ้น ๑๐ ราย เสียชีวิตภายนอกบ้านจำนวน ๖ ราย (เสียชีวิตในสถานที่ที่ไม่สามารถป้องกันความหนาวได้ เช่น บริเวณแคร่หน้าบ้าน กระท่อมในทุ่งนา ใต้ถุนบ้าน) และในบ้าน ๔ ราย โดยลักษณะบ้านพักอาศัยส่วนใหญ่เป็นบ้านไม้และมีช่องทางลมเข้าออก มีรายงานผู้เสียชีวิตสูงสุดในช่วงเดือนธันวาคมจำนวน ๕ ราย (ร้อยละ ๕๐.๐) รองลงมาคือเดือนมกราคมจำนวน ๓ ราย (ร้อยละ ๓๐.๐) และเดือนกุมภาพันธ์จำนวน ๒ ราย (ร้อยละ ๒๐.๐) ตามลำดับ เป็นเพศชาย ๙ ราย หญิง ๑ ราย อายุระหว่าง ๓๘-๗๕ ปี อายุเฉลี่ยอยู่ที่ ๕๖.๕ ปี และค่ามัธยฐานอยู่ที่ ๕๗ ปี (ภาพที่ ๑) โดยเป็นผู้ประกอบอาชีพเกษตรกร ๒ ราย (ร้อยละ ๒๐.๐) คนเร่ร่อน ๒ ราย (ร้อยละ ๒๐.๐) ไม่ได้ประกอบอาชีพ ๒ ราย (ร้อยละ ๒๐.๐) พระสงฆ์ ๑ ราย (ร้อยละ ๑๐.๐) รับจ้างทั่วไป ๑ ราย (ร้อยละ ๑๐.๐) และไม่ทราบ ๒ ราย (ร้อยละ ๒๐.๐)

ภาพที่ ๑...



ภาพที่ ๑ จำนวนผู้เสียชีวิตจากการเฝ้าระวังการเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว จำแนกรายกลุ่มอายุ ระหว่างวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ – ๑ มีนาคม ๒๕๖๕

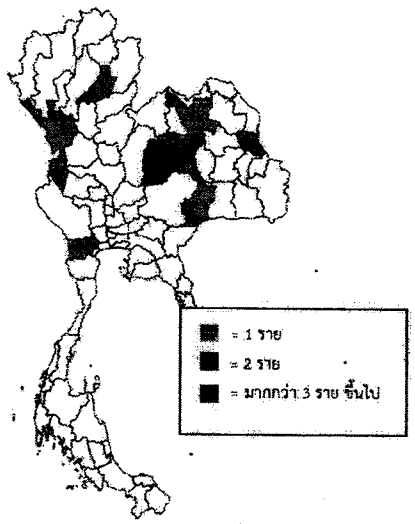
ผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่ได้รับการวินิจฉัยภาวะหัวใจล้มเหลวเฉียบพลันจากผู้ป่วยทั้งหมด ๑๐ ราย มีประวัติการดื่มสุราเป็นประจำ ๔ ราย และไม่สวมใส่เสื้อผ้า หรือมีเครื่องนุ่งห่มที่ไม่เพียงพอ ๖ ราย มีโรคประจำตัวหรือมีความพิการทางร่างกาย ๔ ราย ได้แก่ โรคเบาหวานร่วมกับความดัน ๑ ราย โรคหอบหืด โรคระบบทางเดินอาหารตอนบน และอัมพฤกษ์ ๑ ราย เท่ากัน (ภาพที่ ๒)



ภาพที่ ๒ ร้อยละผู้เสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว จำแนกตามตามการวินิจฉัยการเสียชีวิต ระหว่างวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ – ๑ มีนาคม ๒๕๖๕

อุณหภูมิ...

อุณหภูมิสิ่งแวดล้อมขณะเสียชีวิตอยู่ระหว่าง ๑๑-๑๖ องศาเซลเซียส อุณหภูมิเฉลี่ย ๑๓ องศาเซลเซียส พบการเสียชีวิตสูงที่สุดในจังหวัดชัยภูมิ ๓ ราย รองลงมา ได้แก่ จังหวัดขอนแก่น, ตาก, บุรีรัมย์, แพร่, มุกดาหาร, ราชบุรี และอุดรธานี จังหวัดละ ๑ ราย เท่ากัน (ภาพที่ ๓)



Top 10 Province

1.	ชัยภูมิ	3 ราย
2.	ขอนแก่น	1 ราย
3.	ตาก	1 ราย
4.	บุรีรัมย์	1 ราย
5.	แพร่	1 ราย
6.	มุกดาหาร	1 ราย
7.	ราชบุรี	1 ราย
8.	อุดรธานี	1 ราย

ภาพที่ ๓ จำนวนผู้เสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาวจำแนกรายจังหวัด
ระหว่างวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ – ๑ มีนาคม ๒๕๖๕

การป้องกันการเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว

จากข้อมูลการเฝ้าระวังการเสียชีวิตที่เกี่ยวเนื่องจากภาวะอากาศหนาว จึงควรให้คำแนะนำแก่เจ้าหน้าที่และประชาชน ดังนี้

๑. ประชาชนควรเตรียมความพร้อม ดูแล ส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์โดยเฉพาะอาหารที่มีวิตามินซีสูง เช่น ส้ม ฝรั่ง มะเขือเทศ และอื่น ๆ เป็นต้น และดื่มเครื่องดื่มที่สามารถให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายได้

๒. ให้การดูแลสุขภาพเป็นพิเศษในกลุ่มเสี่ยง ได้แก่ เด็ก ผู้สูงอายุ ผู้มีโรคประจำตัว และผู้พิการ เป็นต้น

๓. สวมใส่เครื่องนุ่งห่มที่เพียงพอรักษาร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ จัดเตรียมเครื่องนุ่งห่มกันหนาวให้พร้อมและอยู่อาศัยในที่อบอุ่นสามารถป้องกันลมในภาวะอากาศหนาวได้อย่างเหมาะสม

๔. งดการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด เนื่องจากการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เป็นปัจจัยเสริมที่สำคัญทำให้เสี่ยงต่อการเสียชีวิตในช่วงภาวะอากาศหนาวมากขึ้น

๕. ระมัดระวังและเฝ้าสังเกตอาการผู้ป่วยที่รับประทานยาบางชนิด เช่น ยากล่อมประสาท ยารักษาอาการชัก และอื่น ๆ ที่มีผลทำให้อุณหภูมิร่างกายลดต่ำลง

๖. ในช่วงภาวะอากาศหนาวอาจทำให้เกิดโรคติดเชื้อได้ง่าย โดยเฉพาะโรคติดเชื้อทางระบบทางเดินหายใจ โรคปอดอักเสบ และอื่น ๆ บางครั้งอาจรุนแรงจนถึงขั้นเสียชีวิตได้ จึงควรหมั่นดูแลสุขภาพเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง และรักษาความสะอาด ล้างมือ หลีกเลี่ยงการคลุกคลีกับผู้ป่วย และไม่ห่มผ้าหรือสวมเสื้อผ้าที่เปียกชื้น

แนวทางปฏิบัติเพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำ โดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาว

.....

เพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำโดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาว กรมราชทัณฑ์ได้กำหนดแนวทางปฏิบัติเพื่อเป็นการเฝ้าระวังป้องกันโรคและภัยสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในเรือนจำ ดังนี้

๑. ตรวจคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการและอาการแสดง ดังนี้

๑.๑ มีไข้สูง หนาวสั่น อ่อนเพลียเฉียบพลัน ปวดศีรษะรุนแรง คลื่นไส้ น้ำมูกใส คัดจมูก ไอแห้ง เจ็บคอ มีเสมหะมาก เบื่ออาหาร ปวดเมื่อยตามตัวและกล้ามเนื้อ ให้แยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น ให้ยาลดไข้ หากมีอาการที่รุนแรง เช่น น้ำมูกหรือเสมหะเหลืองเขียว ปวดหู หูอื้อ ปวดศีรษะมาก และมีอาการหอบเหนื่อย ให้รีบส่งพบแพทย์เพื่อการวินิจฉัยและรับการรักษาโดยเร็ว

๑.๒ จากข้อ ๑.๑ หากพบอาการอื่นร่วมด้วย เช่น หายใจลำบาก หายใจหอบเร็ว คลื่นไส้อาเจียน ไอรุนแรงร้าวไปหัวไหล่/สีข้าง เจ็บบริเวณหน้าอกขณะหายใจเข้า ให้ส่งเข้ารับการรักษาทันทีตั้งแต่ระยะแรกที่ป่วยและป้องกันความรุนแรงของโรคที่อาจเกิดขึ้น กรณีตรวจพบผู้ป่วยเป็นกลุ่มก้อน มากกว่า ๕ - ๑๐ ราย ให้ประสานโรงพยาบาลแม่ข่ายเข้าสอบสวนหาสาเหตุ เฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมสถานการณ์ไม่ให้เกิดการระบาดลุกลามเป็นวงกว้าง พร้อมแจกวัสดุอุปกรณ์ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ และรายงานให้กรมราชทัณฑ์ทราบทันที ภายใน ๒๔ ชั่วโมง

๒. คัดกรองเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ ก่อนเข้าปฏิบัติหน้าที่ภายในเรือนจำ กรณีมีอาการสงสัยป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ ให้ดำเนินการป้องกันตนเองไม่ให้แพร่กระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่น และคัดกรองญาติที่มาเยี่ยมทุกราย หากมีอาการป่วยคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น เจ็บคอ มีน้ำมูก มีไข้ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ให้สวมใส่หน้ากากอนามัย และแนะนำการปฏิบัติตัวในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไปยังผู้อื่นในขณะเข้าเยี่ยม

๓. ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์และผู้ต้องขังทราบ เรื่อง โรคและภัยสุขภาพที่พบในฤดูหนาว เช่น โรคติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัดใหญ่ โรคหัด โรคปอดอักเสบ โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น โรคอุจจาระร่วง และการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รักษาความสะอาดสิ่งของที่อยู่อาศัย สวมใส่หน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในสถานที่แออัดหรือเมื่อสัมผัสกับผู้ป่วย ล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ รักษาสุขอนามัยตนเองให้ดี ทำร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอ สวมใส่เสื้อผ้าหนาๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ที่มีโรคประจำตัว เพราะเสี่ยงต่อการป่วยและติดเชื้อได้ง่าย

๔. เน้นย้ำเรื่อง การตรวจคุณภาพอาหารดิบ การปรุงอาหารของสูทกรรม ให้ถูกสุขอนามัย ปรุงสุกใหม่ ไม่ควรเป็นอาหารที่ปรุงสุกๆ ดิบๆ หรืออาหารที่ทำไว้ล่วงหน้านานๆ และเข้มงวดเรื่องการจำหน่ายน้ำแข็งที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อนให้กับผู้ต้องขัง รวมถึงจัดเตรียมน้ำดื่มสะอาดให้เพียงพอต่อผู้ต้องขัง

๕. ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี โดยเฉพาะกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่ออาการป่วยของโรครุนแรง เช่น กลุ่มเปราะบาง ๖๐๘ โดยประสานขอรับการสนับสนุนวัคซีนฯ และอุปกรณ์การฉีดจากโรงพยาบาลแม่ข่าย พร้อมรายงานผลการดำเนินงานให้ กรมราชทัณฑ์ทราบ ผ่านไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ docpremed@gmail.com