ด่วนที่สุด

ที่ ยธ ๐๗๐๕.๓/๔๗๒๐

ถึง เรือนจำ ทัณฑสถาน สถานกักกัน และสถานกักขัง

ตามที่ กรมราชทัณฑ์ ได้กำหนดแนวทางการเฝ้าระวังและป้องกันโรคระบบทางเดินหายใจที่พบบ่อยในช่วงเปลี่ยนผ่านฤดูกาล และอาจเกิดการแพร่ระบาดของโรคระบบทางเดินหายใจที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ โดยเฉพาะปัญหาจากฝุ่นละอองในอากาศที่มีขนาดอนุภาคเล็กกว่า ๒.๕ ไมครอน (PM 2.5) ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

ด้วยขณะนี้ พบสถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน (PM๒.๕) ในประเทศไทยมีค่าเกินเกณฑ์มาตรฐาน (๕๐ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร) จากข้อมูลของศูนย์แก้ไขปัญหามลพิษทางอากาศ กรมควบคุมมลพิษ เมื่อวันที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๖๖ พบ พื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM๒.๕ เกินค่ามาตรฐาน คือ ภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พร้อมคาดการณ์แนวโน้มฝุ่นละออง ในช่วงเดือนมกราคม ถึงเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ สถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน รุนแรงกว่าปีพ.ศ. ๒๕๖๕ ประกอบกับจะมีมวลอากาศเย็นระลอกใหม่จากประเทศจีนแผ่เข้ามาในประเทศไทย ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพการเจ็บป่วย เช่น โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจขาดเลือด ตาอักเสบ และผิวหนังอักเสบ เป็นต้น

ในการนี้ เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่อาจเกิดขึ้นและ ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ กรมราชทัณฑ์ ขอกำชับให้เรือนจำและทัณฑสถานทุกแห่งเลี่ยงกิจกรรม หรือออกกำลังกายกลางแจ้ง โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่อาจได้รับผลกระทบโดยตรง เช่น กลุ่มเปราะบาง ๖๐๘ และผู้ป่วย ๔ กลุ่มโรคสำคัญ คือ ๑. กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด ๒. กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ ๓. กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ และ ๔.กลุ่มโรคตาอักเสบ พร้อมให้ผู้ต้องขังและเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ทุกรายสวมใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากป้องกันฝุ่น (หน้ากาก N๙๕) และปฏิบัติตามแนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่พบบ่อยอย่างเคร่งครัด รายละเอียดปรากฏตามเอกสารแนบท้าย

กรมราชทัณฑ์
๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

กองบริการทางการแพทย์
กลุ่มงานเวชกรรมป้องกัน
โทรศัพท์ ๐ ๒๙๖๗ ๓๓๕๓
โทรสาร ๐ ๒๙๖๗ ๒๑๔๖

แนวทางปฏิบัติเพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่พบบ่อย

.....

เพื่อเฝ้าระวังและป้องกันโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่พบบ่อยและอาจเกิดการแพร่ระบาดได้ในเรือนจำ กรมราชทัณฑ์ ได้กำหนดแนวทางปฏิบัติให้เรือนจำและทัณฑสถานทั่วประเทศถือปฏิบัติ ดังนี้

๑. ตรวจคัดกรองผู้ต้องขังที่มีอาการและอาการแสดง เช่น มีไข้สูง หนาวสั่น อ่อนเพลียเฉียบพลัน ปวดศีรษะรุนแรง คลื่นไส้ น้ำมูกใส คัดจมูก ไอแห้ง เจ็บคอ มีเสมหะมาก เบื่ออาหาร ปวดเมื่อยตามตัวและกล้ามเนื้อ ให้แยกผู้ต้องขังป่วยออกจากผู้ต้องขังรายอื่น ให้ยาลดไข้ หากมีอาการที่รุนแรง เช่น น้ำมูกหรือเสมหะเหลืองเขียว ปวดหู หูอื้อ ปวดศีรษะมาก และมีอาการหอบเหนื่อย ให้รีบส่งพบแพทย์เพื่อการวินิจฉัยและรับการรักษาโดยเร็ว กรณีพบอาการอื่นร่วมด้วย เช่น ไอมีเสมหะ ไข้สูง เหงื่อออก หนาวสั่น หายใจลำบาก หายใจหอบเร็ว คลื่นไส้ อาเจียน ไอรุนแรงร้าวไปหัวไหล่/สีข้าง และเจ็บบริเวณหน้าอกขณะหายใจเข้า ให้ส่งเข้ารับการรักษาทันที ตั้งแต่ระยะแรกที่ป่วยและป้องกันความรุนแรงของโรคที่อาจเกิดขึ้น กรณีตรวจพบผู้ป่วยเป็นกลุ่มก้อน มากกว่า ๕ - ๑๐ ราย ให้ประสานโรงพยาบาลแม่ข่ายเข้าสอบสวนหาสาเหตุ เฝ้าระวัง ป้องกันควบคุมสถานการณ์ ไม่ให้เกิดการระบาดลุกลามเป็นวงกว้าง และรายงานให้กรมราชทัณฑ์ทราบทันทีภายใน ๒๔ ชั่วโมง

๒. ประชาสัมพันธ์ให้เจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์และผู้ต้องขังทราบ เรื่อง การเฝ้าระวังและป้องกันโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจที่พบบ่อย เช่น โรคหวัด โรคไข้หวัดใหญ่ โรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจจากเชื้อไวรัสอาร์เอสวี (RSV) และโรคปอดอักเสบ และการป้องกันสิ่งที่ก่อให้เกิดโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น ฝุ่นละอองในอากาศที่มีขนาดอนุภาคเล็กกว่า ๒.๕ ไมครอน (PM๒.๕) โดยการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รักษาความสะอาดสิ่งของ ที่อยู่อาศัย สวมใส่หน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในสถานที่แออัดหรือสัมผัสกับผู้ป่วย รวมถึงการรักษาสุขอนามัยให้ดี

๓. ติดตามค่าฝุ่นละอองและมลพิษในอากาศ เพื่อวางแผนป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากค่าฝุ่นละอองในอากาศสูงและการสวมอุปกรณ์ป้องกันที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้ง ปิดประตูและหน้าต่างในอาคารให้สนิท เพื่อป้องกันฝุ่นละอองจากภายนอกเข้ามาในตัวอาคาร หากจำเป็นต้องทำกิจกรรมกลางแจ้งในช่วงที่ค่าฝุ่นละอองและมลพิษในอากาศสูง ให้สวมอุปกรณ์ป้องกันที่เหมาะสมทุกครั้ง เช่น สวมหน้ากากอนามัย ชนิด N ๙๕ ที่ได้มาตรฐานก่อนออกมาทำกิจกรรม เพื่อป้องกันการหายใจนำฝุ่นละอองเข้าสู่ปอดและลดโอกาสป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ

๔. ฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้หวัดใหญ่เป็นประจำทุกปี โดยเฉพาะกลุ่มที่มีความเสี่ยง ต่อการป่วยของโรครุนแรง เช่น กลุ่มเปราะบาง ๖๐๘ โดยประสานขอรับการสนับสนุนวัคซีนฯ และอุปกรณ์การฉีดจากโรงพยาบาลแม่ข่าย พร้อมรายงานผลการดำเนินงานให้ กรมราชทัณฑ์ทราบ ผ่านไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ docpremed@gmail.com

พยากรณ์โรคและภัยสุขภาพ

กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control

รายสัปดาห์
ฉบับที่ 3/2566
วันที่ 29 ม.ค. - 4 ก.พ. 66

ฝุ่น PM 2.5

สถานการณ์

แนวโน้มฝุ่น $PM_{2.5}$
ช่วง ม.ค. - ก.พ. นี้
จะรุนแรงกว่าปีที่ผ่านมา
เพราะสภาพอากาศที่นิ่งและปิด

อาการ

ไอ หายใจลำบาก แน่นหน้าอก
ใจสั่น ระคายเคืองตา
หรือมีอาการผิดปกติ
ให้รีบไปพบแพทย์

กลุ่มเสี่ยง

- เด็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์
- ทำงานกลางแจ้ง เช่น
  ตำรวจจราจร คนขับรถสาธารณะ
  คนกวาดถนน
- มีโรคประจำตัว
  - โรคหัวใจและหลอดเลือด
  - โรคระบบทางเดินหายใจ
  - โรคผิวหนังอักเสบ
  - โรคตาอักเสบ

การป้องกัน

- เลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้ง
- สวมหน้ากากป้องกันฝุ่น
  เช่น หน้ากาก N95
  หน้ากากที่มีแผ่นกรองคาร์บอน
  เมื่อออกจากบ้าน





DDC กรมควบคุมโรค Department of Disease Control

สำนักสื่อสารความเสี่ยงและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ
Bureau of Risk Communication and Health Behavior Development

กรมควบคุมโรค

สายด่วน 1422

ฉบับที่ ๓/๒๕๖๖ ประจำสัปดาห์ที่ ๕ (วันที่ ๒๙ มกราคม – ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖)

"จากการเฝ้าระวังของกรมควบคุมโรค พบว่าสถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน (PM๒.๕) ในประเทศไทยตั้งแต่ช่วงเดือน มกราคม ๒๕๖๓ ถึง มกราคม ๒๕๖๖ มีค่าเกินเกณฑ์มาตรฐาน (๕๐ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร) มักเกิดในช่วงรอยต่อฤดูหนาวเข้าสู่ฤดูร้อน คือ ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน ถึง เดือนมีนาคม คาดว่าอากาศไม่ยกตัว อัตราการระบายอากาศค่อนข้างอ่อน/ไม่ดี และอากาศปิดกับมีฝนบางพื้นที่ ส่งผลให้การสะสมของฝุ่นละออง PM๒.๕ ยังทรงตัว และจากข้อมูลของศูนย์แก้ไขปัญหามลพิษทางอากาศ กรมควบคุมมลพิษ วันที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๖๖ พื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM๒.๕ เกินค่ามาตรฐาน พบในพื้นที่ภาคเหนือ ภาคกลาง และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยคุณภาพอากาศในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ถึงเริ่มมีผลกระทบต่อสุขภาพ (พื้นที่สีส้ม) การคาดการณ์แนวโน้มฝุ่นละออง ในช่วงเดือนมกราคม - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ สถานการณ์ฝุ่นละอองขนาดไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน จะรุนแรงกว่าปี ๒๕๖๕ เนื่องจากสภาพอากาศที่นิ่งและปิด ประกอบกับมีมวลอากาศเย็นระลอกใหม่จากประเทศจีนแผ่เข้ามา โดยพื้นที่ที่ควรเฝ้าระวัง ได้แก่พื้นที่กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และภาคเหนือ"

"การพยากรณ์โรคและภัยสุขภาพในสัปดาห์นี้ คาดว่าในช่วงนี้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และ ภาคเหนือ อาจเกิดภัยสุขภาพที่ประชาชนมีโอกาสได้รับผลกระทบจากฝุ่นละอองขนาดเล็กไม่เกิน ๒.๕ ไมครอน (PM๒.๕) ได้แก่ โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง หอบหืด หัวใจขาดเลือด ตาอักเสบ และผิวหนังอักเสบ ประชาชนควรเฝ้าระวังสุขภาพ ลดเวลาการทำกิจกรรมกลางแจ้ง หรือใช้อุปกรณ์ป้องกันตนเองหากมีความจำเป็น ผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต้องดูแลสุขภาพเป็นพิเศษ ควรหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้ง หรือหากมีความจำเป็นให้ใช้อุปกรณ์ป้องกันตนเอง และขอความร่วมมือ งดการเผาในที่โล่งแจ้ง และตรวจสอบคุณภาพอากาศก่อนออกจากบ้าน ถ้ามีอาการทางสุขภาพ ควรปรึกษาแพทย์ทันที

กรมควบคุมโรค ขอแนะนำให้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีปริมาณฝุ่นเกินค่ามาตรฐาน ควรเลี่ยงกิจกรรม หรือออกกำลังกายกลางแจ้ง โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงที่อาจได้รับผลกระทบโดยตรง ได้แก่ กลุ่มเด็ก ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ และผู้ที่มีโอกาสสัมผัสฝุ่นอย่างต่อเนื่อง เช่น ตำรวจจราจร คนขับรถสาธารณะ คนกวาดถนน คนทำงานในที่โล่งแจ้ง เป็นต้น สำหรับผู้ป่วย ๔ กลุ่มโรคสำคัญที่ต้องระวังเป็นพิเศษ คือ ๑. กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด ๒. กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ ๓. กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ และ ๔.กลุ่มโรคตาอักเสบ ซึ่งหากได้รับฝุ่นเข้าสู่ร่างกายอาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยหรือมีผลต่อสุขภาพมากกว่าคนทั่วไป ควรสวมใส่หน้ากากป้องกันฝุ่น เช่น หน้ากาก N๙๕ หรือหน้ากากที่มีแผ่นกรองคาร์บอนทุกครั้ง ที่ออกจากบ้าน หรือเมื่อไปในพื้นที่ที่มีระดับฝุ่น PM๒.๕ เกินค่ามาตรฐาน นอกจากนี้ ขอให้ประชาชนติดตามรับฟังข่าวสารและข้อมูลจากทางราชการอย่างใกล้ชิด โดยติดตามสถานการณ์ค่าฝุ่น PM๒.๕ จากเว็บไซต์ของกรมควบคุมมลพิษ http://air๔thai.pcd.go.th/ หรือผ่านทางแอปพลิเคชัน Air๔Thai เพื่อตรวจสอบคุณภาพอากาศ และปฏิบัติตัวตามข้อแนะนำ รวมถึงการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสม หากมีอาการ ไอ หายใจลำบาก แน่นหน้าอก ใจสั่น ระคายเคืองตา หรือมีอาการผิดปกติ ให้รีบไปพบแพทย์โดยเร็ว สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร.๑๔๒๒"

****

ข้อมูลจาก : ทีม SAT / สำนักสื่อสารความเสี่ยงฯ กรมควบคุมโร

วันที่ ๓๐ มกราคม ๒๕๖