

แนวทางการป้องกันและควบคุม โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)

ในสถานประกอบการสปา
หมวดเพื่อสุขภาพและหมวดเพื่อเสริมความงาม



ชื่อหนังสือ : แนวทางการป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)
ในสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม

ที่ปรึกษา

นายแพทย์ธเรศ กรัษนัยรวิวงศ์	อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
นายแพทย์ภานุวัฒน์ ปานเกตุ	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
ทันตแพทย์อาคม ประดิษฐสุวรรณ	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
นายแพทย์สามารถ ธีระศักดิ์	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

บรรณาธิการ

ดร.สุวภรณ์ แนวจำปา	ผู้อำนวยการกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
--------------------	--

ผู้จัดทำและเรียบเรียง

ดร.สุวภรณ์ แนวจำปา	ผู้อำนวยการกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นายชัยณรงค์ สังข์จ้าง	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นายอัศรพล ดีเลิศ	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นางสาวศุภารัตน์ หงส์ประเสริฐ	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

จัดพิมพ์ : กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
กระทรวงสาธารณสุข

ออกแบบรูปเล่ม : นายอัศรพล ดีเลิศ

จำนวนพิมพ์ : 1,000 เล่ม

ISBN : 978-616-11-4681-8

สถานที่พิมพ์ : บริษัท โรงพิมพ์วินัย2509 จำกัด 433/6-9 ตำบลในเมือง
อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์ 31000

ขอขอบคุณภาพประกอบเนื้อหา

บางกอก โอเอซิส สปา สุขุมวิท 31 กรุงเทพมหานคร

คำนำ

จากการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด -19 (COVID-19) เกิดการแพร่ระบาดอย่างหนักไปทั่วโลก ส่งผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจของประเทศ เพื่อเป็นการควบคุมสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค นายกรัฐมนตรีจึงออกข้อกำหนดและข้อปฏิบัติในพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๔๘ (ฉบับที่ ๑) ตามข้อ ๒ (๒) การปิดสถานที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค ซึ่งรวมถึงสถานประกอบการเพื่อสุขภาพตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๙ ทำให้สถานประกอบการเพื่อสุขภาพต้องปิดกิจการเป็นการชั่วคราวตามคำสั่งดังกล่าว เมื่อสถานการณ์การระบาดเริ่มผ่อนคลายและมีคำสั่งผ่อนปรนให้สถานประกอบการเพื่อสุขภาพสามารถเปิดให้บริการได้ภายใต้มาตรการควบคุมการแพร่ระบาดและการกระจายเชื้อโรคโควิด 19

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โดยกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ จึงได้กำหนดแนวทางการดำเนินการและการบริหารจัดการสำหรับ สถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม ตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยมาตรการป้องกันควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 โดยให้ผู้ประกอบการประเมินตนเองตามเกณฑ์ที่กำหนด ประกอบด้วยมาตรการ ๕ ด้าน ได้แก่ ด้านผู้ประกอบการ ด้านผู้รับบริการ ด้านผู้ดำเนินการ (กิจการสปา)/ พนักงานต้อนรับ (กิจการนวดเพื่อสุขภาพ และนวดเพื่อเสริมความงาม) ด้านผู้ให้บริการ และด้านพนักงานทำความสะอาด เพื่อให้สถานประกอบการสามารถเปิดให้บริการอย่างมีมาตรฐานตามแนววิถีชีวิตใหม่ (new normal) ป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๔

สารบัญ

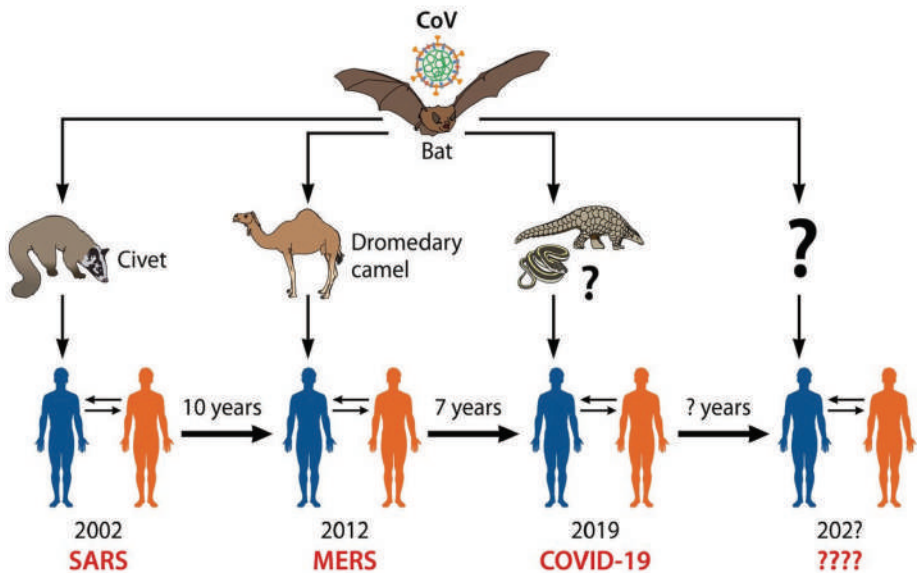
หน้า

คำนำ

๑ ไวรัสโคโรนาคืออะไร?	๑
๒ แนวทางการป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพ และนวดเพื่อเสริมความงาม	๑๒
๓ องค์ประกอบของการจัดบริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ	๑๓
๓.๑ ผู้ประกอบการ	๑๓
๓.๒ ผู้รับบริการ	๑๖
๓.๓ ผู้ดำเนินการ (กิจการสปา)	๑๖
๓.๔ ผู้ให้บริการ	๑๗
๓.๕ การทำความสะอาดเพื่อควบคุมการแพร่กระจายเชื้อ	๑๘
๓.๖ แนวทางการคัดกรองและการรายงานผู้ป่วย เข้าเกณฑ์การสอบสวนโรคโควิด 19	๒๒
๓.๗ ขั้นตอนการปฏิบัติงานสำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพในช่วงที่มี การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)	๒๓
๓.๘ ตัวอย่างสารทำความสะอาด น้ำยาฆ่าเชื้อ และวิธีใช้	๒๖
๓.๙ ขั้นตอนการเปิดสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพ และนวดเพื่อเสริมความงาม (สำหรับผู้ประกอบการ)	๓๑

ไวรัสโคโรนาคืออะไร?

ไวรัสโคโรนาเป็นไวรัสในวงศ์ใหญ่ที่เป็นสาเหตุของโรคทั้งในสัตว์และคน ในคนนั้น ไวรัสโคโรนาหลายสายพันธุ์ทำให้เกิดโรคระบบทางเดินหายใจตั้งแต่โรคหวัดธรรมดาจนถึงโรคที่มีอาการรุนแรง เช่น โรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS) และโรคระบบทางเดินหายใจเฉียบพลันร้ายแรง (SARS) ไวรัสโคโรนาที่ค้นพบล่าสุดทำให้เกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโควิด 19



โรคโควิด 19 คืออะไร

โรคโควิด 19 คือ โรคติดต่อซึ่งเกิดจากไวรัสโคโรนาชนิดที่มีการค้นพบล่าสุด ไวรัสและโรคอุบัติใหม่นี้ไม่เป็นที่รู้จักเลยก่อนที่จะมีการระบาดในเมืองอู่ฮั่น ประเทศจีนในเดือนธันวาคมปี 2019 ขณะนี้โรคโควิด 19 มีการระบาดใหญ่ไปทั่วส่งผลกระทบในหลายประเทศทั่วโลก



อาการของโรคโควิด 19 คืออะไร

อาการทั่วไปของโรคโควิด 19 พบมากที่สุด คือ ไข้ ไอ ลื่นไม่รับรส จมูกไม่ได้กลิ่น และอ่อนเพลีย อาการที่พบน้อยกว่าแต่อาจมีผลต่อผู้ป่วยบางราย คือ ปวดเมื่อย ปวดหัว คัดจมูก น้ำมูกไหล เจ็บคอ ท้องเสีย ตาแดง หรือผื่นตามผิวหนัง หรือสีผิวเปลี่ยนตามนิ้วมือ นิ้วเท้า อาการเหล่านี้มักจะไม่มีรุนแรงนัก และค่อยๆ เริ่มทีละน้อย บางรายติดเชื้อแต่มีอาการไม่รุนแรง

ผู้ป่วยส่วนมาก (๘๐%) หายป่วยได้โดยไม่ต้องเข้ารับรักษาในโรงพยาบาล ประมาณ ๑ ใน ๕ ของผู้ติดเชื้อโควิด 19 มีอาการหนักและหายใจลำบาก ผู้สูงอายุ และมีโรคประจำตัว เช่น ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน หรือมะเร็ง มีแนวโน้มที่จะมีอาการป่วยรุนแรงกว่า อย่างไรก็ตามทุกคนสามารถติดเชื้อโควิด 19 ได้ และอาจป่วยรุนแรง คนทุกเพศทุกวัยที่มีอาการไข้

อาการของโรคโควิด -19



อาการรุนแรงของโรคโควิด 19 ที่จำเป็นต้องรักษาพยาบาลเร่งด่วน

หากมีอาการดังต่อไปนี้ โทรหาผู้ให้บริการสุขภาพของคุณ หรือติดต่อสถานพยาบาลเพื่อขอรับการรักษายาบาลทันที



หายใจขัด
หายใจลำบาก



สูญเสีย
ความสามารถใน
การพูด
การเคลื่อนไหวร่างกาย
หรือสับสน



เจ็บหน้าอก

อาการที่พบได้บ่อย



ไข้



ไอ



อ่อนเพลีย



จมูกไม่ได้กลิ่น
ลิ้นไม่รับรส

อาการที่ไม่ได้พบบ่อยนัก



เจ็บคอ



ปวดศีรษะ



ปวดมือ



ท้องเสีย



ผิวหนังหึ่งหรือมือ
มือเท้าเปลี่ยนสี



ตาแดงหรือ
เคืองตา

หมายเหตุ

- หากอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีการระบาดของไข้มาลาเรีย ไข้เลือดออกหรือโรคติดเชื้ออื่นๆและมีอาการข้างต้น ให้ไปรับการรักษายาบาลทันทีตามคำแนะนำของสาธารณสุขท้องถิ่น
- ติดต่อกับผู้ให้บริการสุขภาพระดับปฐมภูมิในชุมชนนำเสนอเพื่อให้ได้รับยาและคำปรึกษาทางการแพทย์อย่างต่อเนื่อง

เอกสารประกาศวันที่ 2 มกราคม 2564 ซึ่งประกอบไปด้วยคำแนะนำฉบับเร่งด่วน ทั้งนี้หากมีข้อมูลเพิ่มเติม เอกสารนี้จะมีการปรับปรุงในภายหลัง

เราควรทำอย่างไรหากมีอาการของโรคโควิด 19 และควรจะไปพบแพทย์เมื่อใด

หากมีอาการไม่รุนแรง เช่น ไอเล็กน้อยหรือไข้ต่ำๆ โดยทั่วไปแล้วไม่จำเป็นต้องพบแพทย์ อยู่บ้าน กักตัวเอง และติดตามดูอาการ ปฏิบัติตามคำแนะนำของทางการในการแยกตัวเองจากผู้อื่น แต่อย่างไรก็ตามหากคุณเป็นผู้ป่วยโรคโควิด 19 (ยืนยันโดยการตรวจ) ท่านควรปฏิบัติตามมาตรการของภาครัฐ

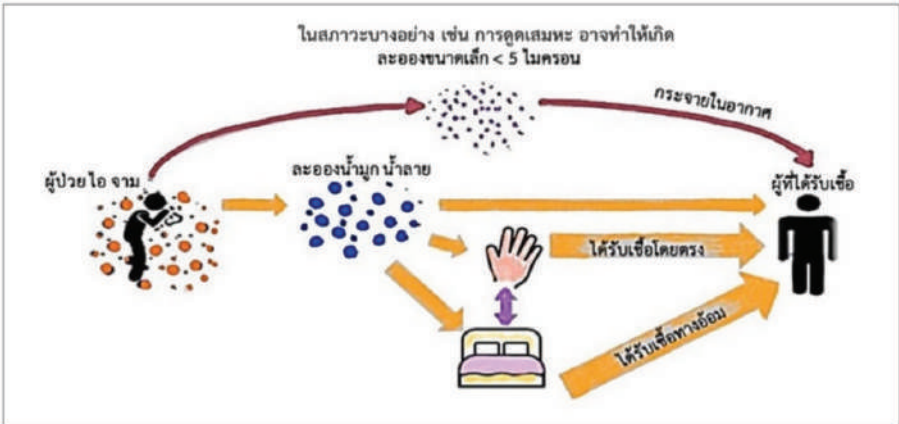
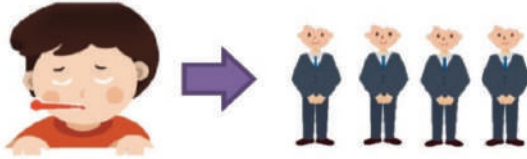
อย่างไรก็ตาม หากท่านอยู่ในพื้นที่ที่มีการระบาดของมาลาเรียหรือไข้เลือดออก ท่านต้องเฝ้าระวังอาการไข้และไปพบแพทย์ เมื่อไปสถานพยาบาล ควรสวมหน้ากากและเว้นระยะห่างอย่างน้อย ๑ เมตรจากผู้อื่นและไม่เอามือไปจับพื้นผิวต่างๆ หากเป็นเด็กป่วยให้ดูแลเด็กให้ทำตามคำแนะนำนี้ด้วย

ไปพบแพทย์ทันทีหากมีอาการหายใจลำบากและ/หรือเจ็บหน้าอก หากเป็นไปได้ โทรไปก่อนล่วงหน้า เพื่อทางสถานพยาบาลจะได้ให้คำแนะนำ

โรคโควิด 19 แพร่ระบาดได้อย่างไร?

เราสามารถรับเชื้อจากผู้ติดเชื้อโควิด 19 คนอื่น โรคนี้สามารถแพร่จากคนสู่คนผ่านทางละอองน้ำมูก น้ำลาย จากจามหรือปากซึ่งออกมาเมื่อผู้ป่วยโรคโควิด 19 ไอ จาม หรือพูด ละอองเหล่านี้ค่อนข้างหนักไปไม่ได้ไกล และจะตกลงสู่พื้นอย่างรวดเร็ว เราได้รับเชื้อโรคโควิด 19 ได้จากการหายใจเอาละอองเข้าไปจากผู้ป่วย เพราะฉะนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะรักษาระยะห่างจากผู้อื่นอย่างน้อย ๑ เมตร ละอองเหล่านี้ยังตกลงสู่วัตถุและพื้นผิวต่างๆ เช่น โต๊ะ ลูกบิดประตู ราวจับ และเมื่อคนเอามือไปจับพื้นผิวเหล่านั้นแล้วมาจับตา จมูก หรือปาก ก็จะมีเชื้อโรคนี้เป็นเหตุผลว่าทำไมเราจึงต้องล้างมือบ่อยๆ ด้วยน้ำ และสบู่ หรือใช้แอลกอฮอล์เจลถูมือ

ผู้ป่วย 1 คน
แพร่กระจายเชื้อได้ 2-4 คน



เราจะสามารถติดเชื้อโควิด 19 จากผู้ป่วยที่ไม่มีอาการได้หรือไม่

โรคโควิด 19 แพร่ทางละอองจากระบบทางเดินหายใจของผู้ป่วยเมื่อผู้ป่วยไอ จาม หรือมีอาการอื่น เช่น ไข้หรืออ่อนเพลีย ผู้ป่วยโควิด 19 จำนวนมากมีอาการเพียงเล็กน้อยโดยเฉพาะในระยะเริ่มแรก ดังนั้น จึงมีความเป็นไปได้ที่เราจะติดเชื้อโควิด 19 จากผู้ป่วยที่ไอจามเล็กน้อยและไม่รู้สึกป่วยเลย

เราจะป้องกันตัวเองและคนที่เรารักได้อย่างไรหากไม่รู้ว่ามีเชื้อบ้าง

การรักษาสุขอนามัยของมือ การเว้นระยะห่าง รักษาการยาทในการไอ/จาม เป็นสิ่งสำคัญที่ควรทำตลอดเวลาและเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะป้องกันตัวเองและคนที่เรารัก รวมถึงการรักษาระยะห่างอย่างน้อย ๑ เมตรจากผู้อื่น หลีกเลี่ยงสถานที่ที่แน่นขนัดไปด้วยผู้คนหรือสถานที่ที่อากาศไม่ถ่ายเท และคุณควรสวมหน้ากากอนามัยหากไม่สามารถเว้นระยะห่างทางกายได้



เมื่อไหร่ที่เราควรรับการตรวจหาเชื้อ?

หากเป็นไปได้ทุกคนที่มีอาการหรือบุคคลที่ไม่มีอาการแต่เป็นบุคคลที่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อโควิด 19 ควรได้รับการตรวจหาเชื้อ โดยปฏิบัติตามคำแนะนำของหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ของท่าน

ในขณะที่คุณรอผลการตรวจหาเชื้อ คุณควรแยกกักจากผู้อื่นและรักษามาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด

ในบางพื้นที่ที่การตรวจอาจมีข้อจำกัด การตรวจหาเชื้อควรทำกับกลุ่มบุคคลที่มีความเสี่ยงสูง เช่น บุคลากรด้านสาธารณสุข บุคคลที่มีความเสี่ยงที่จะเจ็บป่วยรุนแรง เช่น ผู้สูงอายุ รวมถึงบุคคลที่อาศัยอยู่ในบ้านพักผู้สูงอายุ

จันต้องตรวจโควิด 19 แบบไหน?

การตรวจแอนติบอดี (การตรวจภูมิคุ้มกัน)

- บอกเราว่าเราเคยติดเชื้อมาก่อน ไม่ใช่ติดเชื้อ ณ ตอนนี้เป็น การมองย้อนไปในอดีต
- ต้องเจาะเลือดหรือเจาะปลายนิ้ว
- ยังไม่มีหลักฐานยืนยันว่าคุณได้รับการคุ้มกันไม่ให้ติดเชื้ออีก
- และจำไว้ว่า ผลตรวจไม่ได้บอกว่าคุณติดเชื้อมัน
- ขณะนี้องค์การอนามัยโลกแนะนำให้ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางการวิจัยเท่านั้น

การตรวจหาเชื้อ แบบ RT-PCR

- บอกเราว่า ตอนนีติดเชื้อหรือไม่
- เป็นการตรวจที่ใช้กันมากที่สุด
- ต้องเก็บตัวอย่างจากโพรงจมูกหรือคอ
- ผลมีความแม่นยำสูง
- ใช้เวลาระหว่างหนึ่งวันถึงหลายวันกว่าจะได้ผล

การตรวจแอนติเจน

- บอกเราว่า ตอนนีติดเชื้อหรือไม่
- ต้องเก็บตัวอย่างจากโพรงจมูกหรือคอ
- ได้ผลรวดเร็ว
- แต่ ผลไม่แม่นยำเท่าวิธี RT-PCR การตรวจแอนติเจนไม่ใช่ทางเลือกที่ดีที่สุด พยายามตรวจแบบ RT-PCR ถ้าเป็นไปได้

World Health Organization
Thailand

เอกสารประกาศวันที่ 21 มกราคม 2564 ซึ่งประกอบไปด้วยคำแนะนำ
ฉบับเร่งด่วน ทั้งนี้หากมีข้อมูลเพิ่มเติม เอกสารนี้จะมีการปรับปรุงในภายหลัง

เราสามารถลดความเสี่ยงในการติดเชื้อหรือการแพร่เชื้อได้ด้วยการทำตามข้อควรระวัง ดังนี้

๑. ล้างมือบ่อยๆ ให้สะอาดด้วยแอลกอฮอล์เจลหรือด้วยน้ำและสบู่ เพราะการทำความสะอาดมือด้วยสองวิธีนี้เป็นการฆ่าเชื้อโรคที่อยู่บนมือเรา

๒. รักษาระยะห่างอย่างน้อย ๑ เมตร จากผู้อื่น เพราะเมื่อคนไอ จาม หรือพูด จะทำให้เกิดฝอยละอองขนาดเล็กจากจมูกและลำคอซึ่งอาจมีเชื้อโรคได้ ถ้าอยู่ใกล้เกินไปก็จะหายใจเอาละอองเหล่านั้นเข้าไปด้วยซึ่งมีเชื้อโรคปนอยู่ในกรณีที่คนนั้นไม่สบาย

๓. สวมหน้ากากหากไม่สามารถรักษาระยะห่างได้

๔. เลี่ยงการไปพื้นที่หนาแน่นหรือการระบายอากาศไม่ดี เพราะเมื่อคนมารวมตัวกันเป็นจำนวนมาก เรามีโอกาสเสี่ยงที่จะเข้าใกล้ผู้ป่วยโควิด 19 และเมื่อคนหนาแน่นก็จะรักษาระยะห่าง ๑ เมตรได้ยาก

๕. เลี่ยงการเอามือมาจับตา จมูก และปาก เพราะมือไปสัมผัสอะไรมาหลายอย่างและอาจไปสัมผัสเชื้อโรคมาด้วย เมื่อมือปนเปื้อนก็จะส่งต่อเชื้อโรคไปยังตา จมูก และปาก จากนั้นเชื้อโรคก็จะเข้าสู่ร่างกายและทำให้เราป่วย

๖. ทั้งตัวเราเองและคนรอบข้างควรมีสุนัขลักษณะที่ดีเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ ซึ่งหมายความว่า ต้องปิดปากทุกครั้งไอหรือจามด้วยข้อพับแขนด้านในหรือด้วยกระดาษทิชชู จากนั้นทิ้งกระดาษทิชชูทันทีและล้างมือ เพราะละอองแพร่เชื้อได้ การมีมารยาทในการไอ/จามที่ดี เราก็กักกันคนรอบตัวจากเชื้อโรคอื่นๆ ด้วย เช่น หวัด ไข้หวัด และโรคโควิด 19

๗. อยู่บ้านและแยกตัวเองถึงแม้จะมีอาการเพียงเล็กน้อย เช่น ไอ ปวดศีรษะ ไข้ จนกว่าจะหายดี ให้ใครมาส่งเสบียงและสิ่งของจำเป็น แต่หากต้องออกจากบ้านใส่หน้ากากเพื่อป้องกันการไปแพร่เชื้อให้ผู้อื่น เพราะการเลี่ยงการสัมผัสกับผู้อื่นเป็นการป้องกันผู้อื่นจากเชื้อโควิด 19 และเชื้อโรคอื่นๆ

๘. หากมีอาการไข้ และ/หรือไอร่วมกับอาการหายใจลำบาก/ติดขัด ควรปรึกษาแพทย์ทันที หากเป็นไปได้แนะนำให้โทรไปล่วงหน้า เพื่อสถานพยาบาลจะได้ให้คำแนะนำ เพราะหน่วยงานของรัฐและท้องถิ่นมีข้อมูลของสถานการณ์ล่าสุดในพื้นที่ของท่าน การโทรไปแจ้งล่วงหน้าจะทำให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสามารถแนะนำท่านให้ไปยังหน่วยบริการทางการแพทย์ได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้ เพื่อเป็นการป้องกันตัวท่านเองและป้องกันการแพร่กระจายของไวรัสและเชื้อโรคอื่นๆ ด้วย

๙. ติดตามข่าวสารข้อมูลจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ เช่น องค์การอนามัยโลก และหน่วยงานสาธารณสุข เพราะทางการและท้องถิ่นจะให้ข้อมูลได้ดีที่สุดว่าคนในพื้นที่ควรจะทำอย่างไรเพื่อป้องกันตนเอง

ขณะนี้มีการรักษาโควิด 19 โดยเฉพาะหรือไม่?

ขณะที่ยาแผนปัจจุบัน แผนโบราณและการรักษาตามบ้านหลายตำรับ อาจทำให้สับสนและบรรเทาอาการได้ในกรณีที่ไม่รุนแรง แต่ก็ยังไม่มี ยาป้องกันหรือรักษาโควิด 19 โดยเฉพาะองค์การอนามัยโลกไม่แนะนำให้ทาน ยาเอง ซึ่งรวมถึงยาปฏิชีวนะต่างๆ ไม่ว่าจะกินเพื่อป้องกันหรือเพื่อรักษา อย่างไรก็ตาม ขณะนี้มีการทดลองทางคลินิกเพื่อทดลองยาแผนปัจจุบันและยาแผนโบราณ หลายสูตร องค์การอนามัยโลกอยู่ระหว่างการประสานความร่วมมือต่างๆ ที่จะพัฒนา ยารักษาโควิด 19 นี้ และจะมาให้ข้อมูลข่าวสารเมื่อมีผลของการวิจัยออกมา



เชื้อไวรัสโควิด 19 สามารถมีชีวิตอยู่บนพื้นผิวต่างๆ ได้นานแค่ไหน?

สิ่งสำคัญที่สุดที่ควรรู้เกี่ยวกับไวรัสโคโรนาบนพื้นผิวต่างๆ คือ สามารถทำความสะอาดได้อย่างง่ายดายด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อที่ใช้สำหรับงานบ้านทั่วไป การศึกษาวิจัยระบุว่า เชื้อนี้อาจมีชีวิตอยู่บนพื้นผิวสเตนเลสและพลาสติกถึง ๗๒ ชั่วโมง น้อยกว่า ๔ ชั่วโมงบนทองแดง และน้อยกว่า ๒๔ ชั่วโมงบนกล่องกระดาษแข็ง เหมือนเช่นเคย เราควรทำความสะอาดมือด้วยการใช้เจลแอลกอฮอล์หรือล้างมือด้วยน้ำและสบู่ เลี่ยงการสัมผัสตา ปาก และจมูก



รู้หรือไม่

เชื้อไวรัสโควิด 19
อยู่ได้นานแค่ไหน



ในละอองน้ำมูก, เสมหะ,
น้ำลาย, น้ำตา และอากาศ



อยู่ในน้ำ



อยู่บนโต๊ะพื้นเรียบ



ในผ้า, กระดาษทิชชู



บนวัสดุ เช่น พื้น, โต๊ะ, ลูกบิดประตู



ดังนั้น ให้ทุกคนยึดมาตรการ DMHTT โดยเฉพาะ
การสวมแมสก์และล้างมือ เพื่อร่วมกันป้องกันการ
แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19

อาจอยู่ได้ถึง
1 เดือน



โดย : กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์

จัดทำ : 24/04/64

แนวทางการป้องกันและควบคุม โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) ในสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม

จากการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด-19 เกิดการแพร่ระบาดอย่างหนักไปทั่วโลก ส่งผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจและสังคมโดยรวมของประเทศ เพื่อเป็นการควบคุมสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค นายกรัฐมนตรีจึงออกข้อกำหนดและข้อปฏิบัติในพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๔๘ (ฉบับที่ ๑) ตามข้อ ๒ (๒) การปิดสถานที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค ซึ่งรวมถึงสถานประกอบการเพื่อสุขภาพตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๙ ทำให้สถานประกอบการเพื่อสุขภาพต้องปิดกิจการเป็นการชั่วคราวตามคำสั่งดังกล่าว เมื่อสถานการณ์การระบาดเริ่มผ่อนคลายและมีคำสั่งผ่อนปรนให้สถานประกอบการสามารถเปิดให้บริการได้ ภายใต้มาตรการควบคุมการแพร่ระบาดและการกระจายเชื้อโรคโควิด 19 กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โดยกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ จึงได้กำหนดแนวทางการดำเนินการและการบริหารจัดการสำหรับสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพ และนวดเพื่อเสริมความงาม ตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยจัดทำระบบการขออนุญาตเปิดให้บริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพตามมาตรการผ่อนปรนและระบบติดตามประเมินผล โดยให้สถานประกอบการที่ประสงค์จะเปิดให้บริการตามมาตรการผ่อนปรนทั่วประเทศ ทำแบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ตามแนวทางการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคโควิด 19 ผ่านระบบสารสนเทศของกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ เพื่อให้สถานประกอบการสามารถเปิดให้บริการอย่างมีมาตรฐาน ตามแนววิถีชีวิตใหม่ (new normal) ป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 รวมทั้งเป็นการอำนวยความสะดวกแก่ผู้ประกอบการและผู้เกี่ยวข้องในการยื่นขอเปิดให้บริการตามมาตรการผ่อนปรน อีกทั้งยังช่วยลดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง

เพื่อขอเปิดบริการ ณ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพหรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
กรณีที่สถานประกอบการนั้นตั้งอยู่ในต่างจังหวัด

เนื่องจากสถานประกอบการเพื่อสุขภาพมีจำนวนมากทั่วประเทศ
ซึ่งในการกลับมาเปิดกิจการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพให้เป็นไปตามเกณฑ์
ที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด พนักงานเจ้าหน้าที่จึงมีจำนวนไม่เพียงพอในการลงพื้นที่
เพื่อตรวจประเมินสถานประกอบการที่ยื่นขอ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพจึงได้
จัดทำแพลตฟอร์มในการประเมินตนเองของผู้ประกอบการก่อนอนุญาตให้เปิดกิจการ
ตามมาตรการผ่อนปรนและมาตรการป้องกันควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19
โดยให้ผู้ประกอบการประเมินตนเองตามเกณฑ์ที่กำหนด ประกอบด้วย มาตรการ
๕ ด้าน ได้แก่ ๑. ด้านผู้ประกอบการ ๒. ด้านผู้รับบริการ ๓. ด้านผู้ดำเนินการ
(กิจการสปา)/ พนักงานต้อนรับ (กิจการนวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม)
๔. ด้านผู้ให้บริการ และ ๕. ด้านพนักงานทำความสะอาด รายละเอียดดังนี้

องค์ประกอบของการจัดบริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

๑. ผู้ประกอบการ มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

๑.๑ การจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์

๑) จัดพื้นที่ต้อนรับผู้รับบริการให้เหมาะสม โดยให้มีระยะห่าง
๑ เมตร ระหว่างลูกค้าแต่ละท่าน เพื่อความปลอดภัยและมีระบบการซักประวัติ
ความเสี่ยง ควรจัดให้พื้นที่แยกออกจากส่วนปฏิบัติงานของพนักงาน โดยให้
พนักงานต้อนรับ (cashier) สวมถุงมือ หน้ากากอนามัย และFace shield หรือแว่นตา
เพื่อป้องกันการติดเชื้อ

๒) จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย เช่น เครื่องวัด
อุณหภูมิร่างกายแบบมือถือ (Hand-Held Thermometer) หรือเครื่องวัดอุณหภูมิ
อินฟราเรด เป็นต้น โดยกำหนดให้มีจุดคัดกรองอุณหภูมิร่างกายแก่ผู้รับบริการ
และพนักงานทุกคนก่อนเข้าสถานประกอบการหรือในที่ที่เหมาะสม

๓) จัดเตรียมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และแอลกอฮอล์ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมืออย่างน้อย ๗๐% ไว้บริเวณเคาน์เตอร์ เพื่อให้บริการแก่ผู้รับบริการและพนักงาน เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อระหว่างบุคคล

๔) ให้ข้อมูลความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์ การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคกับผู้ใช้บริการ รวมทั้งพนักงานในร้าน เช่น โปสเตอร์ ป้ายประกาศแนะนำให้ล้างมือ และการสวมหน้ากากอนามัย

๕) รักษามาตรฐานด้านสถานที่ ความปลอดภัย และการให้บริการ ให้เป็นไปตามที่ได้รับอนุญาต

๖) ให้ผู้ให้บริการทุกคนสวมอุปกรณ์ป้องกันตนเองขณะปฏิบัติงาน ได้แก่ หน้ากากอนามัย และ Face shield หรือแว่นตา เพื่อลดความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อ และหมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำ และสบู่ หรือ แอลกอฮอล์เจลล้างมือ ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก นอกจากนี้ควรรักษาร่างกาย ให้อบอุ่นอยู่เสมอ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ หากมีอาการป่วยให้หยุดงาน และรีบไปโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้เคียง พร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสคลุกคลีกับผู้รับบริการให้เจ้าหน้าที่ทราบเพื่อรับการตรวจวินิจฉัยและรักษาต่อไป

๗) ให้พนักงานต้อนรับระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ให้บริการ โดยเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการและพนักงานด้วยกันเองอย่างน้อย

๑ เมตร



- ๘) เก้าอี้นวด จัดให้มีระยะห่างอย่างน้อย ๑.๕ เมตร และการใช้บริการในห้องต่าง ๆ ให้จำกัดจำนวนคน ๑ คนต่อห้อง เพื่อลดการแพร่กระจายเชื้อ
- ๙) จัดสถานที่สำหรับเก็บเสื้อผ้า อุปกรณ์ของผู้รับบริการ และอุปกรณ์สำหรับให้บริการให้มิดชิดเป็นสัดส่วน เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อ
- ๑๐) ห้องให้บริการนวดต้องเป็น ๑ คนต่อห้อง กรณีที่เป็นห้องรวมเตียงนวด หรือเบานวดต้องมีม่านกั้นเป็นสัดส่วน
- ๑๑) จัดให้มีบริการชำระเงินที่ปลอดภัย เพื่อลดปริมาณการพูดคุยสัมผัสระหว่างพนักงานของสถานประกอบการกับผู้รับบริการหรือ Online Payment
- ๑๒) การให้บริการผู้รับบริการไม่เกิน ๒ ชั่วโมงต่อคน
- ๑๓) จัดให้มีการระบายอากาศภายในสถานประกอบการที่ดี
- ๑๔) ทำความสะอาดสถานประกอบการโดยภาพรวมก่อนการเปิดให้บริการ



๒. ผู้รับบริการ มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

๒.๑ สวมหน้ากากอนามัยตลอดการใช้บริการ

๒.๒ ให้ความร่วมมือในการตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนใช้บริการ

๒.๓ ล้างมือก่อนใช้บริการ และหลังใช้บริการด้วยน้ำสบู่ หรือแอลกอฮอล์ หรือแอลกอฮอล์เจล

๒.๔ ปฏิบัติตามคำแนะนำของสถานประกอบการอย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ



๓. ผู้ดำเนินการ (กิจการสปา) มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

๓.๑ สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพพื้นฐาน และคัดกรองผู้รับบริการทุกราย ตามแบบฟอร์มที่กำหนด เพื่อจัดบริการที่เหมาะสมแก่สุขภาพของผู้รับบริการ หากผู้รับบริการมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน ๓๗.๓ องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้แนะนำให้รีบไปพบแพทย์

๓.๒ การต้อนรับเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการ และพนักงานด้วยกันอย่างน้อย ๑ เมตร

๓.๓ ควบคุมดูแลการบริการ อุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือ เครื่องใช้ต่าง ๆ ให้ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะและใช้ได้อย่างปลอดภัย

๓.๔ คัดกรองพนักงานทุกคนก่อนเข้าสถานประกอบการทุกวัน และบันทึกไว้เป็นหลักฐาน



๔. ผู้ให้บริการ ต้องปฏิบัติตัว ดังนี้

๔.๑ ระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิด ขณะปฏิบัติหน้าที่ต้องสวมหน้ากากอนามัย และสวมกระจังหน้า (Face shield) หรือแว่นทุกครั้งที่ใช้บริการ หมั่นล้างมือก่อนและหลังการให้บริการด้วยน้ำสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล โดยให้ผู้รับบริการมองเห็นด้วยทุกครั้ง ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก หากมีอาการป่วย ควรรีบไปพบแพทย์พร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสผู้รับบริการ

๔.๒ หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน ๓๗.๓ องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดให้บริการและรีบไปพบแพทย์

๔.๓ ป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วยการสังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ควรแนะนำให้ผู้รับบริการสวมหน้ากากอนามัย และไปพบแพทย์ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง

๔.๔ ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว เป็นต้น

๔.๕ ผู้ให้บริการควรเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดปฏิบัติงานทุกครั้ง ก่อนการให้บริการ

๔.๖ งดการพูดคุยระหว่างการให้บริการ ยกเว้นกรณีที่เป็น



๕. การทำความสะอาดเพื่อควบคุมการแพร่กระจายเชื้อ

๕.๑ พนักงานทำความสะอาด ต้องปฏิบัติตัว ดังนี้

๑) พนักงานทำความสะอาด ต้องสวมอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล ได้แก่ หมวกคลุมผม หน้ากากอนามัย ถุงมือ สวมกระจังหน้า (Face shield) หรือ แว่น และผ้ากันเปื้อน เป็นต้น

๒) ทำความสะอาด หรือเปลี่ยนอุปกรณ์หรือสิ่งของที่ให้บริการ อย่างถูกสุขลักษณะทุกครั้งหลังให้บริการต่อคนต่อครั้ง เช่น แก้วน้ำดื่ม เฝือก ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู ปลอกหมอน อ่างแช่ตัว ห้องอบสมุนไพร และห้องอบซาวน่า เป็นต้น โดยใช้สารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ ๕.๒

๓) ทำความสะอาดบริเวณที่มีคนเดินผ่าน รวมถึงบริเวณที่มีคนสัมผัสร่วมกัน เช่น ลูกบิดประตู เคาน์เตอร์รับบริการ ราวบันได อ่างล้างมือ ห้องน้ำ โถะ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องพักผ่อน รวมถึงอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการทำงาน ด้วยสารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ ๕.๒ ทุก ๒ ชั่วโมง หรือทุกครั้งหลังมีผู้ใช้บริการ ไม่แนะนำให้พ่นยาฆ่าเชื้อ เนื่องจากการฉีดพ่นน้ำยาฆ่าเชื้อแบบละอองฝอย หากทำได้ไม่ถูกวิธี รวมถึงไม่มีการใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเอง จะก่อให้เกิดความเสี่ยงติดเชื้อแก่ผู้ทำความสะอาด

๔) การเก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้ม้วนออกจากตนเอง ไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย ชักล้างทำความสะอาดหรืออุปกรณ์หรือสิ่งของภายในสถานประกอบการ เช่น ผ้าขนหนู

ปลอกหมอน ผ้าปูเตียง เสื้อผ้า เป็นต้น อย่างถูกสุขลักษณะ โดยใช้สารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ ๕.๒

๕) การจัดการขยะให้เก็บขยะปิดปากถุงโดยการม้วนออกจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ ควรมีการจัดการขยะติดเชื้อ สิ่งปฏิกูล และน้ำเสียที่เหมาะสม เช่น ผ้าหรือกระดาษชำระที่ผ่านการใช้แล้ว อาจปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลายของผู้รับบริการ เป็นต้น ก่อนทิ้งขยะติดเชื้อควรใส่ถุง ปิดให้มิดชิดหรือทิ้งในถังขยะติดเชื้อ และล้างมือทำความสะอาดเพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค

๖) ทำความสะอาดห้องสุขา และห้องอาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ กรณีห้องสุขารวมต้องทำความสะอาดทุก ๑ ชั่วโมง



๕.๒ สารทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ

เนื่องจากเชื้อไวรัสสามารถอยู่บนพื้นผิวของวัตถุต่างๆ เป็นเวลา ๑ - ๓ วัน พื้นผิวที่อาจสัมผัสปนเปื้อนเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จึงต้องได้รับการทำความสะอาด และฆ่าเชื้อ โดยใช้ น้ำยาฆ่าเชื้อที่มีประสิทธิภาพในการทำลายเชื้อที่หาได้ง่าย ตามท้องตลาด ดังนี้

๑) น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้โดยผสมในอัตราส่วนดังนี้

- พื้นผิวทั่วไป เช่น พื้นที่เตรียมอุปกรณ์ โตะ เก้าอี้ เป็นต้น ใช้น้ำยาฟอกขาว เจือจาง ๑ ส่วนในน้ำ ๙๙ ส่วน (ความเข้มข้น ๐.๐๕% หรือเท่ากับ ๕๐๐ ppm) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕%

- พื้นผิวที่มีน้ำมัน น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่ง เช่น ห้องสุขา โถส้วม อ่างล้างมือ ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง ๑ ส่วนในน้ำ ๙ ส่วน (ความเข้มข้น ๐.๕%) ราดทิ้งไว้อย่างน้อย ๑๕ นาที

- เก้าอี้ นวด และเบานวด หรือเตียงนวด การทำความสะอาดให้ใช้น้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น แอลกอฮอล์ ๗๐% เช็ดทำความสะอาด

๒) สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ สามารถใช้แอลกอฮอล์ ๗๐% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕% ทำความสะอาดได้



๓) วัสดุที่เป็นผ้าที่อาจปนเปื้อนด้วยเชื้อ เช่น เสื้อผ้าของผู้รับบริการ ผ้าปูที่นอนให้ทำความสะอาดโดยใช้น้ำที่อุณหภูมิสูงกว่า ๗๐ องศาเซลเซียส หรือ แช่ผ้าในผงซักฟอกที่เจือจาง ผงซักฟอก ๑ ส่วน กับน้ำ ๙๙ ส่วน แล้วแช่ทิ้งไว้เป็นเวลา ๓๐ นาที ก่อนซักปกติ

๕.๓ ข้อควรระวัง

๑) สารที่ใช้ฆ่าเชื้อส่วนใหญ่เป็นชนิดสารฟอกขาว ซึ่งอาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เนื้อเยื่ออ่อน ควรระวังไม่ให้เข้าตาหรือสัมผัสโดยตรง

๒) ไม่ควรผสมน้ำยาฟอกขาวกับสารทำความสะอาดอื่นๆ ที่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย

๓) หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

๔) เพื่อให้สารทำความสะอาดมีประสิทธิภาพสูงสุดในการทำทำความสะอาด ควรเตรียมก่อนการใช้งาน

๕) ไม่ควรนำถุงมือไปใช้ในการทำกิจกรรมประเภทอื่นๆ นอกจากการทำความสะอาดเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค

๖) หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำทำความสะอาด



๖. แนวทางการคัดกรองและการรายงานผู้ป่วยเข้าเกณฑ์การสอบสวนโรคโควิด 19

จุดคัดกรองผู้รับบริการ

- ลงทะเบียนผู้รับบริการ
- ตรวจเช็คอุณหภูมิ อาการและประวัติเสี่ยงลงในแบบฟอร์มที่กำหนด

ประวัติอาการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้

- ☐ ไข้ หรือ อุณหภูมิ $> 37.3^{\circ}\text{C}$
- ☐ ไอ
- ☐ มีน้ำมูก
- ☐ เจ็บคอ
- ☐ ไม่ได้กลิ่น
- ☐ หายใจเร็วหรือหอบเหนื่อย



ในช่วง ๑๔ วันก่อนป่วยมีประวัติ
ข้อใดข้อหนึ่งต่อไปนี้

- ☐ มีประวัติเดินทางไปยัง หรือมาจาก หรืออาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
- ☐ ประกอบอาชีพเกี่ยวข้องกับนักท่องเที่ยว สถานที่แออัด หรือติดต่อกับคนจำนวนมาก
- ☐ ไปในสถานที่ชุมนุมชน หรือสถานที่ที่มีการรวมกลุ่มคน เช่น ตลาดนัด ห้างสรรพสินค้า สถานพยาบาล หรือขนส่งสาธารณะ
- ☐ สัมผัสกับผู้ป่วยยืนยันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ หรือจังหวัดที่สถานประกอบการตั้งอยู่ หรือสายด่วนกรมควบคุมโรค ๑๔๒๒)



๗. ขั้นตอนการปฏิบัติงานสำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
☐ ลงทะเบียน ☐ ชักประวัติ ผู้รับบริการ ☐ สื่อสารข้อปฏิบัติของผู้รับบริการ	- ลงทะเบียน ตรวจวัดอุณหภูมิและชักประวัติ เพื่อคัดกรองความเสี่ยงของผู้รับบริการ - แนะนำให้ผู้รับบริการ สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา และเว้นระยะห่างจากผู้อื่นอย่างน้อย ๑ เมตร - แจกหน้ากากอนามัย ในกรณี que ผู้รับบริการไม่ได้ใส่มา	- แอลกอฮอล์เจล - หน้ากากอนามัย - ถุงมือ - Face shield	ผู้ดำเนินการสปา
☐ จัดทำทะเบียนประวัติผู้รับบริการทุกราย ☐ ควบคุมการบริการ อุปกรณ์ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ให้ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะ และใช้ได้อย่างปลอดภัย	- สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพ และคัดกรองผู้รับบริการทุกรายตามแบบฟอร์มที่กำหนด หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน ๓๗.๓ องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้งดการให้บริการ และแนะนำให้ไปพบแพทย์ - ตรวจสอบอุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน - แก้วน้ำดื่ม ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย ๑.๕ เมตร	- หน้ากากอนามัย - Face shield	ผู้ให้บริการ

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
	- ห้องให้บริการนวดต้องเป็น ๑ คนต่อห้อง กรณีที่เป็นห้องรวมเตียงนวด หรือเบาะนวด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย ๑.๕ เมตร และต้องมีม่านกั้น เป็นสัดส่วน - คัดกรองผู้ให้บริการก่อนเข้าทำงาน เพิ่มความตระหนักรู้แก่ผู้ให้บริการในการป้องกันตนเอง		
☐ การให้บริการต่าง ๆ	- ล้างมือทุกครั้งก่อนและหลังการให้บริการ ด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล - สังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดให้บริการ และแนะนำให้ไปพบแพทย์ - ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว - แต่งกายให้รัดกุม เรียบร้อยเหมาะสมต่อการปฏิบัติงาน	- หน้ากากอนามัย - Face shield	ผู้ให้บริการ

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
☐ การทำความสะอาด สะอาดสถาน ประกอบการ	- ทำความสะอาดสิ่งของที่ต้องใช้ ในการให้บริการต่อคนต่อครั้ง - สวมอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล - เก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้า ใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้ม้วนออก ห่างจากตนเองไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย - ต้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ปลอกหมอน หลังให้บริการ ๑ คน ต่อครั้ง - เก็บขยะปิดปากถุงโดยการม้วน ออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ - ทำความสะอาดห้องสุขา และห้อง อาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ	- หน้ากาก อนามัย - หมวกคลุมผม - ถุงมือ - Face shield	พนักงาน ทำความ สะอาด

๘. ตัวอย่างสารทำความสะอาด น้ำยาฆ่าเชื้อ และวิธีใช้

๘.๑ โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๑,๒,๓ ความเข้มข้นที่แนะนำคือ ๐.๑% (๑,๐๐๐ ppm)

ชื่อสินค้า ในตลาด	รูปภาพ ผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลาก ผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ ความเข้มข้น ๑๐๐๐ ppm
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว (ขวดสีฟ้า) ขนาดบรรจุ ๒๕๐ มล./ ๖๐๐ มล.		โซเดียมไฮโป คลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อ น้ำ ๒ ลิตร ได้ความ เข้มข้น ๖๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว (ขวดสีฟ้า) ขนาด ๑,๕๐๐ มล./ ๒,๕๐๐ มล. ๑ ฝา = ๒๐ มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโป คลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อ น้ำ ๒ ลิตร ได้ความ เข้มข้น ๖๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว ผสมน้ำหอม (ขวดชมพู) ขนาดบรรจุ ๒๕๐ มิลลิลิตร / ๖๐๐ มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโป คลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อ น้ำ ๒ ลิตร ได้ความ เข้มข้น ๖๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว ผสมน้ำหอม (ขวดชมพู) ขนาด ๑,๕๐๐ มล./ ๒,๕๐๐ มล. ๑ ฝา = ๒๐ มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโป คลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อ น้ำ ๒ ลิตร ได้ความ เข้มข้น ๖๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ สะอาด ๑ ลิตร

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้น ๑,๐๐๐ ppm
ไฮเตอร์ ชักผ้าขาว กลิ่นเฟรช (ขวดเหลือง) ขนาดบรรจุ ๒๕๐ มิลลิลิตร / ๖๐๐ มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อน้ำ ๒ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๖๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
ไฮเตอร์ ชักผ้าขาว กลิ่นเฟรช (ขวดเหลือง) ขนาด ๑,๕๐๐ มล./ ๒,๕๐๐ มล. ๑ ฝา = ๒๐ มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๒ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๖๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
ไฮยีน ชักผ้าขาว ขนาดบรรจุ ๒๕๐ มิลลิลิตร / ๖๐๐ มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๕ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๑๕๐ มิลลิลิตร ได้ความเข้มข้น ๖,๐๐๐ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๕ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
ไฮยีน ชักผ้าขาว กลิ่นไวท์ฟลอรัล		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๖%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๕ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๑๕๐ มิลลิลิตร ได้ความเข้มข้น ๖,๐๐๐ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๕ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้น ๑,๐๐๐ ppm
มาร์วิน ผลิตภัณฑ์ ซักผ้าขาว		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๕.๒%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๑,๐๔๐ ppm ซึ่งใกล้เคียงกับความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมตามคำแนะนำในฉลาก
คลอโร็กซ์ เร็กกูลาร์ บลิส		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๕.๗%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๘๐ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๔ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๒,๕๖๕ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๘ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร
โปรแมกซ์ กลีนฟังก์ ฟาวเวอร์		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๓%	- ฉีดบริเวณที่ต้องการทำความสะอาด ทั้งไว้ ๒๐ นาที เช็ดหรือล้างออกด้วยน้ำสะอาด - ความเข้มข้น ๓๐,๐๐๐ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๓๓.๕ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร
โปรแมกซ์ กลีนแอนด์ฟลู		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๓%	- ฉีดบริเวณที่ต้องการทำความสะอาด ทั้งไว้ ๒๐ นาที เช็ดหรือล้างออกด้วยน้ำสะอาด - ความเข้มข้น ๓๐,๐๐๐ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๓๓.๕ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร

๘.๒. ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ความเข้มข้นที่แนะนำ ๐.๕%^{๑,๒} (๕,๐๐๐ ppm)

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้นประมาณ ๕,๐๐๐ ppm
ไฮเตอร์ คัลเลอร์ ชนิดน้ำ กลิ่นสวิต ฟลอรัล ขนาด ๕๐๐ มล.		ไฮโดรเจน เปอร์ออกไซด์ ๕%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๘๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อน้ำ ๒ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๒,๐๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐๐ มิลลิลิตร (๕ ฝา) ต่อน้ำ ๒ ลิตร
ไฮเตอร์ คัลเลอร์ ชนิดน้ำ กลิ่นโรซี่ ฟิงก์ ขนาด ๑,๐๐๐ มล.		ไฮโดรเจน เปอร์ออกไซด์ ๕%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๘๐ มิลลิลิตร (๒ ฝา) ต่อน้ำ ๒ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๒,๐๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐๐ มิลลิลิตร (๕ ฝา) ต่อน้ำ ๒ ลิตร
ไฮเตอร์ คัลเลอร์ ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย และขจัดกลิ่น พลัส ชนิดน้ำ ขนาด ๑,๐๐๐ มล.		ไฮโดรเจน เปอร์ออกไซด์ ๓%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๔๐ มิลลิลิตร (๑ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๑,๒๐๐ ppm ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐๐ มล. (๕ ฝา) ต่อน้ำ ๑ ลิตร
แวนิช ชนิดน้ำ ขนาด ๕๐๐ มล.		ไฮโดรเจน เปอร์ออกไซด์ ๓%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๔๐ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๓ ลิตร ได้ ความเข้มข้น ๔๐๐ ซึ่งน้อยกว่าความ เข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐๐ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพ ผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลาก ผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ ความเข้มข้น ประมาณ ๕,๐๐๐ ppm
ไฮโดรเจน เปอร์ออกไซด์		ไฮโดรเจนเปอร์ ออกไซด์ ๓% ไฮโดรเจน		ผสมผลิตภัณฑ์ ๑ ส่วนต่อ น้ำสะอาด ๕ ส่วน หรือผสม ผลิตภัณฑ์ ๒๐๐ มล. ต่อน้ำ ๑ ลิตร

^๑<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S๒๕๕๐๐๘๘๙๒๐๓๐๐๐๘๑?to-ken=๔๘๘๕AD๑๖๖๒๔C๓๙๗E๓๘๙๗A๘๗๕๐C๗EF๓๗๔๒๔๘๓๘๘๖๓D๖CFE-BoD๒๗๕๑๑๑๔D๘๓๐๗F๙๔๔E๕๕๖๔๗๖DA๑DF๒๙๕BE๑๘๔๕A๐๕CBE๖๐๗๖๓>

^๒National Environmental Agency, Singapore: <https://www.nea.gov.sg/our-services/public-cleanliness/environmental-cleaning-guidelines/guidelines/interim-list-of-household-products-and-active-ingredients-for-disinfection-of-covid-19>

^๓European Center for Disease Prevention and Control, ๒๐๒๐ Interim guidance for Environmental Cleaning for non-health care facilities exposed to SARS-COV-๒

รูปภาพประกอบจาก : บิ๊กซีช้อปปิ้งออนไลน์, เจดี เซ็นทรัล, Shopee, Tops

๙. ขั้นตอนการเปิดสถานประกอบการสภา นวดเพื่อสุขภาพและ นวดเพื่อเสริมความงาม (สำหรับผู้ประกอบการ)

๙.๑ ลงทะเบียนเพื่อขอรับ Username และ Password ในเว็บไซต์
<http://spa.hss.moph.go.th/Self/>

๙.๒ เมื่อได้รับ Username และ Password แล้ว ให้กรอกข้อมูล
สถานประกอบการที่สำคัญ เช่น ชื่อสถานประกอบการ สถานที่ตั้ง เบอร์โทรศัพท์
และประเภทกิจการ เป็นต้น

๙.๓ ทำแบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ของสถานประกอบการ
เพื่อสุขภาพในการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
(COVID - 19) กดส่งแบบประเมิน และรอเจ้าหน้าที่ตอบรับการประเมิน

๙.๔ เจ้าหน้าที่กรมสนับสนุนบริการสุขภาพรับผิดชอบในส่วนจังหวัด
กรุงเทพมหานคร และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจังหวัดรับผิดชอบในแต่ละจังหวัด
ในการตรวจสอบแบบประเมิน ถ้าเป็นไปตามหลักเกณฑ์ให้ยอมรับ หากไม่เป็นไปตาม
หลักเกณฑ์ให้กวดป้อน

๙.๕ หากผ่านเกณฑ์การประเมินทุกข้อ ระบบจะออกใบ e-Certificate
เพื่อรับรองว่าสถานประกอบการนี้ผ่านเกณฑ์การประเมินสำหรับเปิดให้บริการ
ในการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)
ซึ่งผู้ประกอบการสามารถพิมพ์ใบ e-Certificate สำหรับติดบริเวณหน้าสถาน
ประกอบการได้

๙.๖ การติดตามประเมินผล

- สถานประกอบการต้องรายงานผลปฏิบัติงานตามแบบฟอร์ม Online
สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง

- กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
แต่ละแห่ง สุ่มตรวจประเมินสถานประกอบการที่ผ่านการประเมินแล้วว่าปฏิบัติ
ตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่

- หากพบผู้ป่วยมีอาการเข้าได้กับโรคโควิด 19 ให้ดำเนินการตามแนวทางการคัดกรองและการรายงานผู้ป่วยเข้าเกณฑ์การสอบสวนโรคโควิด 19



ภาพแสดงผังขั้นตอนระบบการลงทะเบียนและการรายงานข้อมูล สำหรับผู้ประกอบการในการเปิดสถานประกอบการตามมาตรการผ่อนปรน



ขั้นตอนการใช้งานการประเมินตนเองสำหรับผู้ประกอบการ

<https://spa.hss.moph.go.th/Self/> **หน้า ที่ 1**

- ลงทะเบียนเพื่อขอรับข้อมูลใช้งานและรหัสผ่าน
- กรอกข้อมูลเพื่อใช้งานเข้าสู่ระบบ
- นำข้อมูลใช้งานและรหัสผ่านมากรอกเพื่อเข้าสู่ระบบ
- กรอกข้อมูลใน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ให้ครบถ้วน และกดบันทึก

ส่วนที่ 2 คำนวณ ลงข้อมูลให้ครบถ้วน

ส่วนที่ 2 คำนวณ คิกประเมินตนเอง จำนวน 40 ข้อ

และ อย่าลืม!!! กดบันทึก

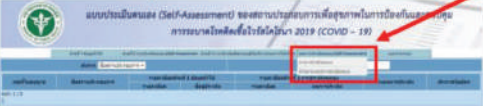
ส่วนที่ 1

ส่วนที่ 2

หลังจากนั้นให้รอเจ้าหน้าที่อนุมัติประมาณ 1 วันทำการ

ขั้นตอนการใช้งานการประเมินตนเองสำหรับผู้ประกอบการ <https://spa.hss.moph.go.th/Self/> หน้าที่ 2

5. หลังจากเจ้าหน้าที่อนุมัติแล้ว ให้เข้ามาตรวจสอบผลว่าผ่านการประเมินหรือไม่



6. หากผ่านการประเมินจะมีช่องให้สำหรับพิมพ์ใบรับรอง



***กรณีไม่ผ่านการประเมินให้กดดูรายละเอียดและให้สถานประกอบการปรับปรุงข้อที่ไม่ผ่าน และประเมินตนเองใหม่อีกครั้ง หรือกรณีที่ประเมินตนเองมาแล้วได้คะแนนเต็มแล้วเจ้าหน้าที่ประเมินไม่ผ่าน ให้ตรวจสอบว่าสถานประกอบการได้รับใบอนุญาตสถานประกอบการเพื่อสุขภาพจากกระทรวงสาธารณสุขหรือยัง เพราะระบบรองรับเฉพาะสถานประกอบการที่ได้รับใบอนุญาตแล้วเท่านั้น



ตัวอย่าง



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
 Department of Health Service Support

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข
 ขอรับรองว่า

เล็ทส์ รีแล็กซ์ สปา สุขุมวิท 39 (พร้อมพงษ์)

ผ่านการประเมินตนเอง

ตามมาตรการป้องกันและควบคุม
 การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)
 ให้ไว้ ณ วันที่ 1 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2563

(นายเกรก กริชนิยวิวงศ์)
 อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ใบรับรองนี้มีผลเฉพาะสำหรับกิจการประกอบกิจการนวดแผนโบราณที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) เท่านั้น

การรายงานผลประจำสัปดาห์สำหรับผู้ประกอบการ

<https://spa.hss.moph.go.th/Self/>

แบบประเมินตนเอง(Self-Assessment)

ชื่อผู้ใช้งาน:

รหัสผ่าน:

1. เข้าสู่ระบบ
2. คลิกที่ส่วนที่ 4 แบบรายงานผลการปฏิบัติงาน กรณข้อมูลทุก 7 วัน

หมายเลข 1 ลงข้อมูลวันที่
 หมายเลข 2 จำนวนผู้เข้าใช้บริการ 7 วันที่ผ่านมา
 หมายเลข 3 เมนูที่ให้บริการเป็นจำนวนครั้ง
 หมายเลข 4 กดบันทึกข้อมูล

แบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพในการป้องกันและควบคุม
การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)

ส่วนที่ 4 แบบรายงานผลการปฏิบัติงาน

รายงานปฏิบัติงาน สัปดาห์ที่			
1	สัปดาห์ที่	2020-09-12	ถึง สัปดาห์ที่
2	จำนวนผู้เข้าใช้บริการทั้งหมด	...	...
3	เมนูที่ให้บริการ	...	...
4	บันทึกผล	...	...



แบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ในการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)

ชื่อสถานประกอบการ.....เลขที่ใบอนุญาต.....
 สถานที่ตั้งเลขที่..... ถนน..... ตำบล/แขวง.....
 อำเภอ/เขต..... จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....
 ชื่อผู้ประกอบการ.....
 โทรศัพท์มือถือ.....
 ประเภทกิจการ สปา นวดเพื่อสุขภาพ นวดเพื่อเสริมความงาม

แบบประเมินนี้สถานประกอบการต้องผ่านตามหลักเกณฑ์ครบทุกข้อเพื่อพิจารณา
 อนุญาตเปิดสถานประกอบการ หากไม่ปฏิบัติตามจะถูกพิจารณาปิดสถานประกอบการ

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
1. ด้านผู้ประกอบการ				
1.1	จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย เช่น เครื่องวัดอุณหภูมิร่างกายแบบมือถือ หรือแบบอินฟราเรด			
1.2	กำหนดให้มีจุดคัดกรองอุณหภูมิร่างกายแก่ผู้รับบริการ และพนักงานทุกคนในบริเวณที่เหมาะสม ก่อนเข้าสถานประกอบการ			
1.3	จัดเตรียมหน้ากากอนามัยเพื่อให้ผู้มารับบริการและพนักงาน			
1.4	จัดเตรียมแอลกอฮอล์อย่างน้อย 70% (น้ำหรือเจล) พร้อมใช้สำหรับล้างมือเพื่อให้ผู้มารับบริการและพนักงาน			

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
1.5	จัดพื้นที่ต้อนรับผู้รับบริการให้เหมาะสม โดยให้มีระยะห่าง 1 เมตรระหว่างลูกค้าแต่ละท่าน เพื่อความปลอดภัย และมีการซักประวัติ โดยแยกออกจากส่วนการปฏิบัติงานของพนักงาน			
1.6	ห้องให้บริการขนาดต้องเป็น 1 คนต่อห้อง			
1.7	กรณีที่เป็นห้องรวม เที่ยงขนาด หรือเบานวด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร และต้องมีม่านกันเป็นสัดส่วน			
1.8	เก้าอี้ขนาด ต้องเว้นระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร			
1.9	จัดสถานที่สำหรับเก็บเสื้อผ้า อุปกรณ์ของผู้รับบริการ และอุปกรณ์ของสำหรับให้บริการให้มีติดเป็นสัดส่วน เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อ			
1.10	จัดให้มีบริการชำระเงินที่ปลอดภัย เพื่อลดปริมาณการพูดคุย สัมผัส ระหว่างพนักงานของสถานประกอบการกับผู้รับบริการ หรือ Online Payment			
1.11	การให้บริการผู้รับบริการไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อคน			
1.12	จัดการให้มีการระบายอากาศภายในสถานประกอบการที่ดี			
1.13	ทำความสะอาดสถานประกอบการโดยภาพรวมก่อนการเปิดให้บริการ			
๒. ด้านผู้รับบริการ				
2.1	สวมหน้ากากอนามัยตลอดการใช้บริการ			
2.2	ตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนใช้บริการ			
2.3	ล้างมือก่อนใช้บริการ และหลังใช้บริการด้วยน้ำสบู่ หรือแอลกอฮอล์ หรือแอลกอฮอล์เจล			
2.4	ปฏิบัติตามคำแนะนำของสถานประกอบการอย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ			

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
๓. ด้านผู้ดำเนินการ (กิจการสปา) / พนักงานต้อนรับ (กิจการนวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม)				
3.1	สวมหน้ากากอนามัยทุกราย			
3.2	สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพพื้นฐานและคัดกรองผู้รับบริการทุกรายตามแบบฟอร์มที่กำหนด			
3.3	การต้อนรับเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการและพนักงานด้วยกันอย่างน้อย 1 เมตร			
3.4	ควบคุมการทำความสะอาดอุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือเครื่องใช้ต่าง ๆ หลังให้บริการ			
3.5	คัดกรองพนักงานทุกคนก่อนเข้าสถานประกอบการทุกวันและบันทึกไว้เป็นหลักฐาน			
๔. ด้านผู้ให้บริการ				
4.1	สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งให้บริการ และสวมกระจงหน้า (Face shield) หรือแว่นตา			
4.2	หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน 37.3 องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดให้บริการและรีบไปพบแพทย์			
4.3	ป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วยการสังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ			
4.4	ล้างมือก่อนและหลังการให้บริการด้วยน้ำสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ			
4.5	ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว เป็นต้น			
4.5	งดการพูดคุยระหว่างการให้บริการ ยกเว้นกรณีที่ต้องจำเป็น			

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
๕. ด้านพนักงานทำความสะอาด				
	สวมหน้ากากอนามัยตลอดการให้บริการ			
	5.1.1 หมวกคลุมผม			
	5.1.2 หน้ากากอนามัย			
	5.1.3 ถุงมือ			
	5.1.4 กระบังหน้า (Face shield) หรือแว่นตา			
	5.1.5 ผ้ากันเปื้อน			
5.2	ทำความสะอาดบริเวณที่มีคนสัมผัสร่วมกัน เช่น ลูกบิดประตู เคาน์เตอร์รับบริการ ราวบันได อ่างล้างมือ โต๊ะ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องพักผ่อน รวมถึงอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการทำงานทุก 2 ชั่วโมง			
5.3	ทำความสะอาดห้องสุขา และห้องอาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ			
5.4	กรณีห้องสุขารวมต้องทำความสะอาดทุก 1 ชั่วโมง			
5.5	การจัดการขยะให้เก็บขยะปิดปากถุงโดยการมัดวนออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ			
5.6	การเก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้มัดวนออกห่างจากตนเอง ไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย			
5.7	ต้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ปลอกหมอน ของผู้รับบริการหลังให้บริการ 1 คนต่อครั้ง			
5.8	ใช้สารทำความสะอาด ดังนี้			

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
๕. ด้านพนักงานทำความสะอาด				
	5.8.1 น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้ โดยผสมในอัตราส่วน ดังนี้ - พื้นผิวทั่วไป เช่น พื้นไม้เตรียมอุปกรณ์ โต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 99 ส่วน (ความเข้มข้น 0.05% หรือเท่ากับ 500 ppm) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% - พื้นผิวห้องสุขา โถส้วม อ่างล้างมือ หรือพื้นผิวที่มีน้ำมัน น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่ง ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 9 ส่วน (ความเข้มข้น 0.5%) ราดทิ้งไว้อย่างน้อย 15 นาที			
	5.8.2 สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ ใช้แอลกอฮอล์ 70% ในการเช็ดทำความสะอาด			
	5.8.3 วัสดุที่เป็นผ้าที่อาจปนเปื้อนด้วยเชื้อ เช่น เสื้อผ้าของผู้รับบริการ ผ้าปูที่นอน ให้ทำความสะอาดโดยใช้น้ำที่อุณหภูมิสูงกว่า 70 องศาเซลเซียส หรือแช่ผ้าในผงซักฟอกที่เจือจาง ผงซักฟอก 1 ส่วน กับน้ำ 99 ส่วน แล้วแช่ทิ้งไว้เป็นเวลา 30 นาที ก่อนซักปกติ			

ข้าพเจ้าขอรับรองว่าการประเมินตนเองในครั้งนี้เป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ

(.....)

วันที่ เดือน พ.ศ.....

แบบประเมินคัดกรองผู้รับบริการก่อนการให้บริการ

วัตถุประสงค์ : แบบสอบถามก่อนเข้าใช้บริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพนี้ เพื่อคัดกรองให้เกิดความปลอดภัยแก่ผู้มาใช้บริการและผู้เกี่ยวข้อง แบบสอบถามนี้เป็นการประเมินตนเองเบื้องต้นเท่านั้น การตัดสินใจให้บริการทางสถานประกอบการเพื่อสุขภาพขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของผู้ให้บริการ

ชื่อ-สกุล.....เบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้.....

ที่ตั้งเลขที่.....ถนน.....ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....

จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....เลขที่ Psaaport (กรณีชาวต่างชาติ).....

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน (ใช่) หรือ (ไม่ใช่) หรือเติมข้อความในช่องว่างที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ลำดับที่	รายละเอียด/ประวัติอาการและอาการแสดง	ใช่	ไม่ใช่	หมายเหตุ
1	มีไข้ ≥ 37.3 องศาเซลเซียส			
2	2.1 สัมผัสหรืออยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยโรคโควิด-19			
	2.2 มีประวัติเดินทางกลับจากต่างประเทศ (ถ้ามีระบุประเทศ.....ถึงไทย ณ วันที่.....)			
	2.3 มีประวัติเดินทางออกนอกพื้นที่อาศัยอยู่ภายใน 14 วัน (เดินทางไปอำเภอ.....จังหวัด.....วันที่ไป.....)			
3	ท่านมีอาการเหล่านี้หรือไม่			
	3.1 รู้สึกคันเนื้อคันตัวอ่อนเพลีย			
	3.2 ไอ/ไอแห้ง/ไอมีเสมหะ			
	3.3 มีน้ำมูก			
	3.4 เจ็บคอ			
	3.5 ปวดศีรษะ			
	3.6 หายใจลำบาก/หอบเหนื่อย/เจ็บหน้าอก			
	3.7 มีอาการได้ยินเสียงที่ผิดปกติหรือเริ่มมีปัญหาการได้ยิน			
	3.8 จมูกไม่ได้กลิ่น หรือได้กลิ่นลดลง			
	3.9 ลิ้นไม่รับรส หรือลิ้นได้รับรสน้อยลง			
	3.10 ท่านรับประทานยาอะไรบ้างเพื่อบรรเทาอาการในข้อ 3.1-3.9 เช่น.....			
4	ท่านเป็นบุคลากรทางการแพทย์หรือสาธารณสุขที่สัมผัสกลุ่มเสี่ยง ผู้ป่วยโควิดหรือไม่			

ข้าพเจ้ายืนยันว่า ข้อมูลดังกล่าวเป็นความจริงทุกประการ จึงขอลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานประกอบคำยืนยัน

ลงชื่อ.....
(.....)

ลงชื่อผู้คัดกรอง.....
(.....)

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

บรรณานุกรม

- กรมควบคุมโรค. (2563). คู่มือการปฏิบัติตามมาตรการผ่อนปรนกิจการและ
กิจกรรม เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19
สำหรับประเภทกิจการและกิจกรรม กลุ่มที่ 2. นนทบุรี:ศูนย์บริหาร
สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019.
กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมควบคุมโรค. (2552) หลักกระบวนวิชา นนทบุรี: สำนักกระบวนวิชา
กระทรวงสาธารณสุข
- กรมอนามัย. (2563). ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง หลักเกณฑ์วิธีการ
และมาตรการการป้องกันความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID -19))
สำหรับสถานประกอบกิจการ
- WHO. (2020). coronaviruses (COVID-19). (On-line). Available:
[https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-
coronavirus-2019/question-and-answers-hub/](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/)
- WHO. (2021). Coronavirus disease (COVID-19) questions and
answers (general). (On-line). Available: [https://www.who.
int/thailand/emergencies/novel-coronavirus-2019/q-a-on-
covid-19/q-a-on-covid-19-general](https://www.who.int/thailand/emergencies/novel-coronavirus-2019/q-a-on-covid-19/q-a-on-covid-19-general).



