กระทรวงสาธารณสุข
MINISTRY OF PUBLIC HEALTH

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
DEPARTMENT OF HEALTH SERVICE SUPPORT

คู่มือการควบคุมป้องกันการติดเชื้อ ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

คู่มือการควบคุมป้องกันการติดเชื้อ
ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

คู่มือผู้ดำเนินการสปาเพื่อสุขภาพ

โดย กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข

ที่ปรึกษา

นายแพทย์ธเรศ กรัษนัยรวิวงค์	อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
นายแพทย์ประภาส จิตตาศิรินุวัตร	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
นายแพทย์ภานุวัฒน์ ปานเกตุ	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
ทันตแพทย์อาคม ประดิษฐสุวรรณ	รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

บรรณาธิการ

ดร.สุวภรณ์ แนวจำปา	ผู้อำนวยการกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

ผู้จัดทำและเรียบเรียง

ดร.สุวภรณ์ แนวจำปา	ผู้อำนวยการกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
ดร.งามเนตร เอี่ยมนาคะ	กองสถานพยาบาลและการประกอบโรคศิลปะ
นายอัครพล ดีเลิศ	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นางสาวศุภารัตน์ หงส์ประเสริฐ	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

จัดพิมพ์ : กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
ออกแบบรูปเล่ม : นายอัครพล ดีเลิศ
จำนวนพิมพ์ : 2,000 เล่ม
ISBN : ISBN 978-616-11-4422-7
สถานที่พิมพ์ : บริษัท โรงพิมพ์วินัย 2509 จำกัด

ขอขอบคุณภาพประกอบเนื้อหา

บางกอก โอเอซิส สปา สุขุมวิท 31 กรุงเทพมหานคร
ฟ้าล้านนา สปา เชียงใหม่
ศิรา สปา เชียงใหม่
ปานวิมานสปา เชียงใหม่
ระรินจินดา เวลเนส สปา เชียงใหม่
พิมาลัยสปา กระบี่

คำนำ

นโยบายประเทศไทย 4.0 ที่ขับเคลื่อนภายใต้วิสัยทัศน์การพัฒนาประเทศไปสู่ความ “มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน” มียุทธศาสตร์สำคัญที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ คือ การพัฒนาอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในกลุ่มที่มีรายได้ดีและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ให้เป็นเป้าหมายสร้างรายได้และเพิ่มขีดความสามารถทางการแข่งขันของประเทศให้เป็น Wellness Hub ในระดับภูมิภาคและระดับโลก และยุทธศาสตร์ด้านการสร้างความสามารถในการแข่งขัน สร้างความหลากหลายด้านการท่องเที่ยว โดยส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ความงามและแพทย์แผนไทย เพื่อดึงดูดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยยกระดับมาตรฐานธุรกิจบริการด้านการส่งเสริมสุขภาพและการเสริมความงามสู่ตลาดระดับสูง โดยใช้ความคิดสร้างสรรค์และนวัตกรรม เพื่อให้เกิดเป็นเอกลักษณ์การให้บริการตามแบบความเป็นไทย ที่โดดเด่นในระดับสากล

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ มีภารกิจในการดำเนินการตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. 2559 และส่งเสริมพัฒนาสถานประกอบการเพื่อสุขภาพให้ได้มาตรฐานถูกต้องตามกฎหมาย รวมถึงสถานการณ์ปัจจุบันได้มีการระบาดของโรคโควิด 19 แพร่กระจายเป็นวงกว้างในทั่วโลก ดังนั้น ผู้ประกอบการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ จึงจำเป็นต้องตระหนักถึงความปลอดภัยของผู้รับบริการและผู้ให้บริการเป็นหลัก โดยต้องมีแนวทางการปฏิบัติในการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ได้ตระหนักถึงผลกระทบดังกล่าวจึงได้จัดทำคู่มือการควบคุมป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ เพื่อเป็นแนวทางการจัดการทั้งด้านบุคลากร สิ่งแวดล้อม อุปกรณ์และเครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ให้สะอาดถูกสุขลักษณะ และส่งมอบการบริการที่มีคุณภาพได้มาตรฐานความปลอดภัยให้กับผู้บริโภคและเพื่อให้สถานประกอบการสามารถเปิดบริการเมื่อได้รับอนุญาตให้เป็นไปอย่างมีมาตรฐาน ถูกต้องตามหลักวิชาการควบคุมป้องกันการติดเชื้อได้อย่างมีประสิทธิผล ซึ่งจะเป็นการควบคุมการระบาดของโรคและสนับสนุนการประคับประคองเศรษฐกิจของประเทศไทยให้สามารถฟื้นตัวและพัฒนาได้ต่อไป

กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

กรกฎาคม 2563

สารบัญ

หน้า

คำนำ
สารบัญ

หมวดที่ 1 การควบคุมป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ 1
1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการควบคุมป้องกันการติดเชื้อ 2
2. การป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ 9
3. สุขวิทยาการให้บริการ 10
4. องค์ประกอบในการป้องกันการติดเชื้อ 12
5. บทบาทของผู้ประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ : ด้านการป้องกันการติดเชื้อ ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ 15
6. แนวปฏิบัติการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ 21
- ด้านบุคลากร 21
- ด้านผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือ 25
- ด้านการทำความสะอาดและการทำลายเชื้อ 28
- การจัดหาให้มีเครื่องสุขภัณฑ์ที่เพียงพอ 38
- การควบคุมพาหะนำโรคอย่างถูกหลักสุขาภิบาล 39

หมวดที่ 2 แนวทางมาตรฐานใหม่เพื่อการควบคุมป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ 41
1. แนวทางมาตรฐานใหม่เพื่อการควบคุมป้องกันโรค และการแพร่กระจายเชื้อ 42
- มาตรการควบคุมป้องกันโรค 42
- มาตรการทำความสะอาด 43
- แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้รับบริการ 44
2. การควบคุมทางด้านวิศวกรรม 48

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

หมวดที่ 3 แนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเปิดกิจการสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม ในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19) 51

บรรณานุกรม

ภาคผนวก

- ภาคผนวก ก. การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันและควบคุมการติดเชื้อ
- ภาคผนวก ข. แบบประเมินตนเองสำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
- ภาคผนวก ค. ขั้นตอนการปฏิบัติในการเปิดกิจการสถานประกอบการสปา ในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)
- ภาคผนวก ง. ตัวอย่างสารทำความสะอาด น้ำยาฆ่าเชื้อ และวิธีใช้
- ภาคผนวก จ. วิธีการล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องมือ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

หมวดที่ 1
การควบคุมป้องกันการติดเชื้อ
ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการควบคุมป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

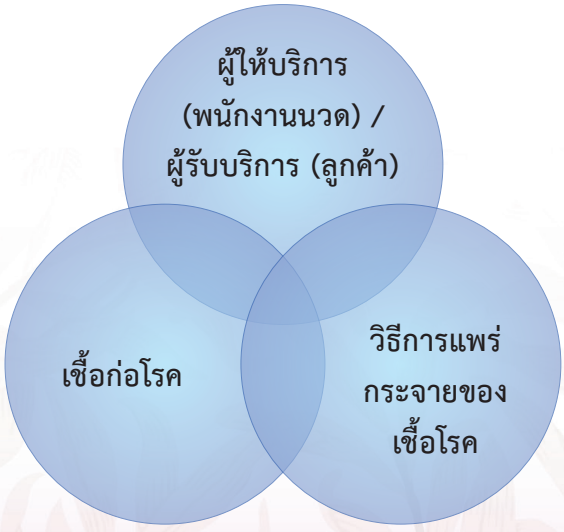
คำนิยาม

การติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ หมายถึง การได้รับเชื้อโรคหรือพิษของเชื้อโรคที่อาจทำให้เกิดภาวะผิดปกติเฉพาะที่หรือทั่วร่างกายจากการเข้ารับบริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ โดยในขณะเข้ารับบริการยังไม่แสดงอาการหรือไม่ได้อยู่ในช่วงระยะฟักตัวของเชื้อโรคนั้นๆ แต่มีอาการแสดงภายหลังจากรับบริการอย่างเร็วภายใน 48 ชั่วโมงหรือนานกว่านั้นหลังจากเข้ารับบริการ

ดังนั้น ผู้ดำเนินการหรือผู้ประกอบกิจการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพจึงต้องมีความรู้ความเข้าใจ และสามารถถ่ายทอดความรู้ด้านการควบคุมป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพสู่ผู้ปฏิบัติและผู้รับบริการให้สามารถปฏิบัติตัว มีพฤติกรรมสุขภาพอย่างมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับองค์ประกอบและกระบวนการของการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ รวมทั้งมีทักษะที่ปฏิบัติได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพในการตัดวงจรการติดเชื้อ

องค์ประกอบของการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ มี 3 องค์ประกอบ ดังแสดงในแผนภาพที่ 1

แผนภาพที่ 1 องค์ประกอบของการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ



โดยธรรมชาติของร่างกายมนุษย์มีกลไกการป้องกันการติดเชื้ออยู่แล้วทุกระบบหากเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย กลไกการป้องกันการติดเชื้อจะแสดงอาการผิดปกติ เช่น มีไข้ อ่อนเพลีย อาเจียน ถ่ายเหลว อาการทางผิวหนัง เป็นต้น อย่างไรก็ตามหากร่างกายมีภาวะขาดสารอาหาร ได้รับยากดภูมิคุ้มกันหรือมีกาวะเจ็บป่วยด้วยโรคใดโรคหนึ่งอยู่ก่อนจะส่งผลกระทบต่อกลไกการป้องกันการติดเชื้อของร่ายกายทำให้บุคคลนั้นมีโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคติดเชื้อได้ง่ายขึ้น

เชื้อที่พบในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ได้แก่ แบคทีเรีย ไวรัส ริเกตเซีย เชื้อรา ปรสิต หรือพยาธิที่อาจเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ การติดต่อจากสัตว์สู่คนหรือการติดต่อจากสิ่งแวดล้อมสู่คน ซึ่งเชื้อโรคเหล่านี้แบ่งออกเป็นหลากหลายชนิดมากมายสายพันธุ์ และมีการกลายพันธุ์เกิดเป็นเชื้อโรคอุบัติใหม่ต่างๆ เช่น Ebola, SARs, H1N1 รวมทั้ง ไวรัสโคโรนา 2019 โดยเชื้อโรคที่จะทำให้เกิดโรคได้นั้น ต้องขึ้นอยู่กับปริมาณและความรุนแรงของเชื้อโรคที่เข้าสู่ร่างกายในปริมาณที่มากพอและขึ้นอยู่กับภูมิต้านทานของร่างกายที่จะสามารถต่อต้านเชื้อโรคนั้นด้วย ซึ่งจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคอุบัติใหม่ต่างๆ ที่ทำให้เกิดการเจ็บป่วยล้มตายของผู้คนนั้น มีสาเหตุสำคัญมาจากการขาดภูมิต้านทานโรคเหล่านั้นของมนุษย์และจำเป็นต้องพึ่งพาวัคซีนที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ร่างกาย

วิธีการแพร่กระจายของเชื้อโรค

การเกิดโรคติดเชื้อได้นั้น ต้องมีช่องทางที่เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย ดังนั้น ในการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค จึงควรต้องมีความรู้ว่าช่องทางเข้า – ออก ของเชื้อที่ก่อให้เกิดการติดเชื้อนั้นเป็นอย่างไร เพื่อให้สามารถตัดวงจรการแพร่กระจายเชื้อหรือรับเชื้อโรค โดยเชื้อโรคสามารถแพร่กระจายออกมาจากระบบหรือตำแหน่งของร่างกายมนุษย์ ได้แก่

1) ระบบหลอดเลือดและเนื้อเยื่อ เชื้อโรคจะออกมากับเลือด น้ำเหลือง น้ำหนอง และสารน้ำต่างๆ จากภายในร่างกาย

2) ตา ปาก ระบบทางเดินหายใจ เชื้อโรคจะออกมากับน้ำตา ขี้ตา น้ำลาย น้ำมูก เสมหะ สารคัดหลั่งต่างๆ

3) ระบบขับถ่ายของเสียจากร่างกาย เชื้อโรคจะออกมากับ อุจจาระ ปัสสาวะ เหงื่อ

4) ระบบอวัยวะสืบพันธุ์ เชื้อโรคจะออกมากับน้ำเมือกในช่องคลอด น้ำอสุจิ เป็นต้น

แหล่งโรคหรือรังโรค

หมายถึง คนหรือสัตว์ที่กำลังป่วย ผู้ที่เป็นพาหะอาจยังไม่มีอาการป่วยแต่มีเชื้อก่อโรคอยู่ในตัวก็เป็นแหล่งโรคและสามารถถ่ายทอดโรคไปสู่ผู้อื่นได้ เช่น ไวรัสเอดส์ ไวรัสตับอักเสบ ไวรัสโคโรนา 2019 เป็นต้น อาหาร สิ่งของ เครื่องใช้ต่างๆ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมอื่นๆ ที่มีเชื้อโรคเจริญแพร่พันธุ์อยู่ก็จะสามารถถ่ายทอดเชื้อโรคไปสู่คนได้ทั้งทางตรงและทางอ้อมด้วยเช่นกัน

การถ่ายทอดโรคโดยทางตรง ได้แก่ การสัมผัสโดยตรงจากแหล่งเชื้อโรค เช่น การสูดดมเอาละอองน้ำมูก ละอองฝอย ละอองฟองจากสิ่งคัดหลั่ง น้ำลายของผู้มีเชื้อ การหายใจเอาอากาศที่มีฝุ่นละอองที่ปนเปื้อนเชื้อโรคจำนวนมากหรือสำลักน้ำที่ปนเปื้อน การรับประทานอาหารหรือน้ำดื่มที่มีการปนเปื้อนเชื้อโรค การใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ เสื้อผ้าที่ไม่สะอาด เป็นต้น

ส่วนการถ่ายทอดโรคโดยทางอ้อม ได้แก่ เชื้อโรคที่อาจเป็นสื่อนำโรค เช่น ยุงนำเชื้อไข้เลือดออก มาลาเรียและโรคเท้าช้าง หนูนำเชื้อกาฬโรค แมลงหวี่นำเชื้อโรคตาแดง เป็นต้น

ช่องทางที่เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกายมีหลายช่องทางด้วยกัน เช่น ทางผิวหนัง โดยเฉพาะผิวหนังที่ฉีกขาด เป็นผื่น แผลบริเวณที่เป็นเยื่อเมือกของช่องเปิดต่างๆ ของร่างกาย เช่น จมูก ปากเยื่อบุตา รูเปิดช่องท่อปัสสาวะ ทวารหนักและช่องคลอด เมื่อเชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกาย ทำให้เกิดการอักเสบเป็นหนองและอาจเข้าสู่กระแสเลือด ถ้าเชื้อโรคนั้นมีความรุนแรงจะทำให้การรักษาได้ยากขึ้นและอาจถึงแก่ชีวิตได้

การให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพอาจมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคติดเชื้อ หากการดำเนินการของสถานประกอบการแห่งนั้นและผู้ให้บริการไม่ปฏิบัติตามหลักสุขอนามัย โดยที่ไม่สามารถทราบได้ว่าร่างกายของบุคคลนั้นมีความสามารถในการต่อต้านเชื้อโรคได้อย่างมีประสิทธิภาพหรือไม่ เชื้อโรคที่สัมผัสมีความรุนแรงอย่างไร ดังนั้น การดำเนินกิจวัตรประจำที่ถูกสุขอนามัยจะช่วยป้องกันการติดเชื้อได้ ความเสี่ยงของโรคติดเชื้อในสถานประกอบการส่วนใหญ่เกิดขึ้นในระบบทางเดินหายใจ และการสัมผัสทางผิวหนังทั้งจากมือผู้ให้บริการ ภาชนะอุปกรณ์บริการ รวมทั้งเสื้อ ผ้า เครื่องนุ่งห่มที่ใช้ในการให้บริการ ซึ่งมีโอกาสเกิดขึ้นได้ทั้งผู้รับบริการและผู้ให้บริการ

การติดเชื้อที่อาจเกิดขึ้นได้จากการรับบริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

สถานประกอบการเพื่อสุขภาพส่วนใหญ่มีการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ มีการใช้อุปกรณ์ผ้าและเครื่องนุ่งห่มที่ต้องสัมผัสร่างกายผู้รับบริการ ภาชนะที่ใช้บรรจุผลิตภัณฑ์บริการ และกิจกรรมการให้บริการที่มีการสัมผัสระหว่างผู้ให้บริการและผู้รับบริการ รวมทั้งสถานที่เพื่อเสริมสวยก็มีโอกาสสัมผัสกับอุปกรณ์เครื่องใช้ที่เป็นของมีคมและการใช้ความร้อน ความชื้นต่างๆ ดังนั้นจึงอาจจำแนกการติดเชื้อที่อาจเกิดขึ้นได้จากการให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1) การติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ ที่พบได้บ่อยมีดังนี้ โรคหวัด โรคไข้หวัดใหญ่ และวัณโรค

1.1 โรคหวัด (Common cold disease) เกิดจากเชื้อไวรัสซึ่งมีหลายชนิดที่พบบ่อย ได้แก่ กลุ่ม Rhinovirus ผู้ป่วยมักมีอาการคัดจมูก น้ำมูกไหล เจ็บคอเล็กน้อย อาจมีไข้ต่ำๆ ร่วมกับอาการอื่นๆ เช่น ปวดศีรษะ แสบตา

1.2 ไข้หวัดใหญ่ (Influenza) เกิดจากเชื้อไวรัส Influenza A, B และ C ผู้ป่วยมักมีไข้สูง ปวดเมื่อยตามตัว หนาวสั่น ปวดศีรษะมาก ปวดกระบอกตา ไอ เจ็บหน้าอก อาเจียน เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ปกติไข้จะลดลงหลังจากวันที่ 3 ของการเจ็บป่วย เชื้อนี้มีการระบาดได้เสมอเป็นระยะๆ และสายพันธุ์เชื้อก่อโรคอาจแตกต่างไป ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ที่ได้รับการแนะนำให้ฉีดเป็นประจำทุกปี

1.3 วัณโรค เกิดจากการติดเชื้อ Mycobacterium Tuberculosis ผู้ป่วยอาจมีไข้ไอเรื้อรังหรือนานเกิน 3 สัปดาห์ ไอเป็นเลือด ปัจจุบันเชื้อวัณโรคมีการแพร่กระจายมากขึ้น ซึ่งเป็นผลมาจากการแพร่กระจายของโรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (เอดส์) และการที่เชื้อวัณโรคดื้อต่อยามากขึ้น

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าน้ำมูกน้ำลายและเสมหะ เป็นแหล่งเชื้อโรคของระบบทางเดินหายใจเป็นส่วนใหญ่และแพร่กระจายเชื้อออกมาด้วยการ ไอ จาม การแพร่กระจายได้ไกลเพียงใดขึ้นอยู่กับขนาดของน้ำมูก น้ำลาย ละอองฟอง ละอองฝอยต่างๆ ซึ่งโดยทั่วไประยะห่างที่น้ำมูกน้ำลายที่ขับออกมากับการไอและจาม ไกลที่สุดไม่เกิน 3 ฟุต จะตกลงพื้น แต่มีเชื้อโรคบางชนิดที่มีขนาดเล็กมาก อาจลอยอยู่ในอากาศได้นาน เช่น ไข้หวัด หัด เริม อีสุกอีใส วัณโรค รวมทั้งเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จึงควรปฏิบัติตัวดังนี้

1) หลีกเลี่ยงไม่ไปในที่ที่มีคนแออัด การถ่ายเทอากาศไม่สะดวก

2) หลีกเลี่ยงการสัมผัสหรืออยู่ใกล้ชิดผู้ที่มีอาการหวัด ไอ จาม หากจำเป็นควรอยู่ด้านหลังของผู้มีอาการดังกล่าว หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ควรใช้หน้ากากอนามัยหรือผ้าปิดปากจมูกไว้เพื่อป้องกันการสูดดมเอาเชื้อโรคเข้าสู่ระบบทางเดินหายใจ

3) ผู้มีอาการไอ จาม ควรใช้กระดาษ ผ้า หรือหน้ากากอนามัยปิดปาก-จมูกและล้างมือภายหลังปิดปาก-จมูกทุกครั้งและไม่ควรบ้วนน้ำลาย เสมหะ หรือสั่งน้ำมูกลงในที่สาธารณะ เพราะเป็นการป้องกันการกระจายเชื้อโรคที่มีประสิทธิภาพ

4) หมั่นล้างมือให้สะอากอยู่เสมอภายหลังสัมผัสสิ่งแวดล้อมและก่อนสัมผัสจมูก ตา ใบหน้าและก่อนหยิบอาหารเข้าปาก

5) อุจจาระ ปัสสาวะ เป็นสิ่งปฏิกูลที่เป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรคในระบบทางเดินอาหาร ควรระมัดระวังการปนเปื้อนเข้าตา เข้าปาก จมูก ควรหลีกเลี่ยงการจับต้องโดยตรง หากจำเป็นควรสวมถุงมือและล้างมือหลังถอดถุงมือทันที

2) การติดเชื้อจากการสัมผัสเลือดหรือบาดแผลจากของมีคม ที่พบได้บ่อยมีดังนี้

โรคตับอักเสบบี โรคตับอักเสบซี และโรคเอดส์

การป้องกันไม่ให้เกิดบาดแผลจากของมีคมเป็นวิธีที่ปลอดภัยที่สุดเพราะเป็นการป้องกันไม่ให้ร่างกายสัมผัสกับเลือด ซึ่งจะเข้าสู่ร่างกายทางบาดแผล ดังนั้น จึงต้องมีการทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องใช้ ของมีคมต่างๆ ที่ใช้แล้วอย่างถูกวิธีก่อนที่จะนำไปใช้กับผู้รับบริการรายต่อไป และต้องใช้ด้วยความระมัดระวังไม่ให้เกิดบาดแผลระหว่างการให้บริการและหลังจากใช้งาน ของมีคมที่ใช้ครั้งเดียวแล้วต้องทิ้ง เช่น ใบมีดโกน เข็ม ต้องทิ้งลงในภาชนะที่มีฝาปิดและป้องกันการแทงทะลุออกมาและมีป้ายแสดงให้ทราบว่าเป็นของมีคมที่ใช้แล้ว รวมทั้งส่งกำจัดอย่างถูกวิธี

3) การติดเชื้อที่เกิดจากการสัมผัสโรค ที่พบได้บ่อยมีดังนี้

3.1 โรคตาแดง มีอาการตาแดง ตาอักเสบ คัน มีขี้ตา ติดต่อโดยการสัมผัสโดยตรงหรือการใช้เครื่องผ้าต่างๆ ที่สัมผัสกับเชื้อร่วมกับผู้ที่เป็นโรคตาแดง

3.2 โรคผิวหนังต่างๆ จำแนกเป็น

3.2.1 โรคติดเชื้อจากเชื้อรา

- กลากบริเวณหนังศีรษะและผม จะมีผมร่วงเป็นหย่อมๆ บริเวณหนังศีรษะที่ผมร่วง มีสะเก็ด ลอกเป็นขุย มีตุ่มหนองหรือน้ำเหลือง

- กลากบริเวณเครา มีลักษณะเป็นรูขุมขนอักเสบ อาจรุนแรงกลายเป็นฝีมีหนองและสะเก็ดหนาปกคลุม

- กลากบริเวณลำตัว แขน ขา มีลักษณะเป็นแผ่นกลมแดงขอบนูนเล็กน้อย อาจมีอาการคันหรือปวดแสบปวดร้อน

- เชื้อราบริเวณเล็บ มีการอักเสบบริเวณขอบเล็บ เล็บผิดรูปเปลี่ยนสี หนาตัวขึ้น ผิวเล็บขรุขระแตกยุ่ย มีการแยกชั้นระหว่างตัวเล็บและผิวใต้เล็บ

3.2.2 โรคติดเชื้อจากแบคทีเรีย

- รูขุมขนอักเสบ มีลักษณะเป็นตุ่มหนองเล็กๆ ที่รูขุมขน มีอักเสบแดงรอบตุ่มหนอง บางครั้งอาจลุกลามกลายเป็นฝีหรือฝีฝักบัว การอักเสบอาจเกิดจากการใช้ใบมีดโกนที่ไม่สะอาดโกนขนบริเวณที่เป็น

- เล็บขบ มีการอักเสบเป็นหนอง เกิดจากการตัดแต่งเล็บที่ผิดวิธีและใช้เครื่องมือไม่สะอาด

3.2.3 โรคติดเชื้อจากไวรัส

- หูด ทั้งที่เป็นหูดธรรมดาและหูดราบ ติดต่อโดยการสัมผัสโดยตรง

- หูดข้าวสุก มีลักษณะตุ่มแข็งเล็กๆ สีขาว ติดต่อโดยการสัมผัส

- เริม มีลักษณะตุ่มน้ำใสแผ่กระจายเป็นกลุ่มหรือเป็นแนวแตกออกง่าย ตกสะเก็ดภายใน 7-10 วัน มีอาการเจ็บคันเล็กน้อย พบบ่อยบริเวณริมฝีปาก

- งูสวัด มีอาการปวดบริเวณผิวหนังที่เป็น ต่อมามีตุ่มน้ำใสเกิดเป็นกลุ่ม มีไข้ คัน ปวดแสบปวดร้อน ปวดเมื่อย อ่อนเพลีย ตุ่มน้ำแตก ตกสะเก็ดภายใน 2-3 สัปดาห์

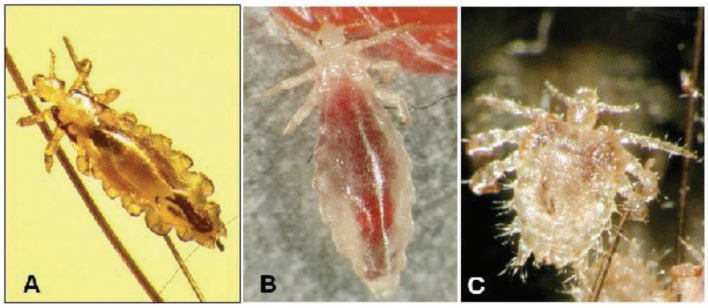
3.2.4 โรคติดเชื้อจากปรสิตและแมลง

- หิด เกิดจากตัวไรมีลักษณะเป็นตุ่มคันมาก โดยเฉพาะบริเวณง่ามมือง่ามเท้า ฝ่ามือ รักแร้ สะดือ คันมากเวลากลางคืน ถ้ามีการติดเชื้อแทรกซ้อนจะเกิดตุ่มน้ำใส ตุ่มหนองหรือแผลอักเสบ ติดต่อจากการใช้เครื่องผ้าต่างๆ ร่วมกัน การซักเครื่องผ้าต่างๆ ให้สะอาดและตากให้แห้งสามารถทำลายเชื้อโรคได้

- เหา ติดต่อโดยการใช้แปรง หวี หมวกร่วมกัน ตำแหน่งที่พบเหาและไข่เหาได้บ่อยที่สุด คือ บริเวณท้ายทอยและหลังหูจะมีอาการคันมาก บางครั้งการเกาจะทำให้เกิดการติดเชื้อแบคทีเรียหรือตุ่มหนองร่วมด้วย

- โลน เป็นปรสิตตัวเล็กๆ ที่อาศัยอยู่บริเวณขนที่หนา เช่น ขนตา ขนคิ้ว ขนรักแร้ ขนหน้าอกและขนบริเวณหัวเหน่า แต่จะไม่พบที่ศีรษะติดต่อได้ง่ายเมื่อมีเพศสัมพันธ์และติดต่อผ่านการนอนเตียงหรือใช้ผ้าเช็ดตัว ใส่เสื้อผ้าของผู้ที่เป็นหรือการใช้ห้องน้ำร่วมกัน

(A. Head louse, B. Body louse, C. Pubic louse)



ที่มา: Medthai. (2017). เหา-โลน (On-line). Available: https://medthai.com/เหา-โลน/

การป้องกันโรคติดเชื้อเกือบทุกโรคเราสามารถป้องกันได้ง่าย โดยต้องรู้จักปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามหลักสุขอนามัย เรียนรู้วิธีการติดต่อของเชื้อโรคและช่องทางที่เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกาย การปฏิบัติตนเพื่อตัดช่องทางที่เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกาย รวมทั้งการสร้างภูมิต้านทานให้แก่ร่างกายเพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่อย่างปลอดภัยจากโรคติดเชื้อ

การป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

ความสำคัญ

บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพเป็นกิจกรรมที่จะต้องมีการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้รับบริการ ทั้งโดยการใช้มือสัมผัสกับร่ายกายโดยตรง บริการที่ต้องมีการจุ่มแช่ตัว อวัยวะหรือส่วนต่างๆ ของร่างกายในน้ำหรือจากการใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ต่างๆ การสนทนาที่อาจมีการสัมผัสผิวกายเพื่อทดสอบการใช้ผลิตภัณฑ์ รวมถึงการอยู่ในสิ่งแวดล้อมอาคารสถานที่ของสถานประกอบการนั้นๆ ซึ่งหากผู้ปฏิบัติไม่ตระหนักถึงความสำคัญของการปฏิบัติให้ถูกสุขอนามัย อาจส่งผลให้สถานประกอบการนั้นเป็นแหล่งสะสมและแพร่เชื้อโรคที่แพร่กระจายระหว่างผู้ให้บริการและผู้รับบริการต่อไปได้อีก ซึ่งการเกิดโรคติดเชื้ออาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยที่ไม่รุนแรงหรือรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้ เช่น โรคตาแดง เริม ไข้หวัด ไข้หวัดใหญ่ โรคลีเจียนแนร์ (Legionnaires'Disease) วัณโรค โรคผิวหนังติดเชื้อ โรคหิด กลาก เกลื้อน ไวรัสตับอักเสบเอ เป็นต้น

การให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพทุกประเภท ควรตระหนักถึงความสำคัญและความเสี่ยงต่อผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นได้จากการติดเชื้อ และจำเป็นต้องมีระบบการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการที่มีประสิทธิภาพ ได้แก่ การพัฒนาบุคลากรทุกคนให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเสี่ยงของการติดเชื้อ ความรู้ในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อและการควบคุมสิ่งแวดล้อม หากสถานประกอบการใดที่สามารถดำเนินการได้ครอบคลุมทั้ง 3 ประเด็นนี้ จะส่งผลต่อการดำเนินการป้องกันความเสี่ยงในการติดเชื้อภายในสถานประกอบการอย่างมีประสิทธิภาพ ดำเนินกิจการโดยให้ความสำคัญต่อการคุ้มครองผู้รับบริการเพื่อลดความเสี่ยง ลดความสูญเสียที่เกิดจากการติดเชื้อ ตลอดจนเป็นการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อสู่ครอบครัวและชุมชน

สุขวิทยาการให้บริการ

หมายถึง การดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคลด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคและการจัดการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมเพื่อความปลอดภัยในการให้บริการ โดยการลดความเสี่ยงของการเกิดโรค ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคทั้งจากตัวเราไปสู่ผู้อื่นและจากผู้อื่นมาสู่ตัวเรา

สุขวิทยาการให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

หมายถึง การดำเนินการวางระบบการป้องกันการติดเชื้อ เพื่อความปลอดภัยของการใช้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ซึ่งครอบคลุมถึงการให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาความสะอาดส่วนบุคคลและวิธีการป้องกันการเกิดการแพร่กระจายเชื้อแก่บุคลากร ผู้ให้บริการ รวมทั้งการจัดการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมให้ถูกสุขลักษณะ เพื่อป้องกันการติดเชื้อจากการใช้บริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ โดยมีเป้าหมายคือ

1) ผู้รับบริการปลอดภัยไม่ติดเชื้อจากการรับบริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
2) ผู้ให้บริการปลอดภัยไม่ติดเชื้อจากการให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
3) ลดต้นทุนค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นด้านผลกระทบต่อสุขภาพ

สถานประกอบการเพื่อสุขภาพที่สามารถดำเนินการได้บรรลุเป้าหมายข้างต้นย่อมได้มาตรฐานตามที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด มีภาพลักษณ์การให้บริการที่ดี มีความปลอดภัย อันจะเป็นการส่งเสริมการตลาดเพื่อรักษาฐานผู้รับบริการเดิมและขยายฐานผู้รับบริการรายใหม่ สนับสนุนการขับเคลื่อนประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางบริการสุขภาพในระดับนานาชาติ (Wellness Hub)

ประโยชน์ของสุขวิทยาในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

1) ผู้ให้บริการ

1.1 มีสุขภาพกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี มีความพร้อมในการให้บริการที่มีคุณภาพ ลดความเสี่ยงต่อการรับเชื้อเข้าสู่ตนเองและไม่แพร่กระจายเชื้อสู่ผู้รับบริการ สมาชิกในครอบครัว ชุมชน

1.2 มีสุขภาพดีและไม่เกิดการเจ็บป่วยที่อาจส่งผลให้ต้องหยุดงานและขาดรายได้ รวมทั้งผลผลิตที่ลดลงจากการทำงาน

2) ผู้รับบริการ

2.1 ลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อและไม่แพร่กระจายเชื้อสู่ผู้ให้บริการ รวมทั้งบุคคลใกล้ชิด

2.2 มีความมั่นใจและไว้วางใจในการรับบริการที่ปลอดภัยและมีคุณภาพ

2.3 มีความพึงพอใจต่อการบริการและเกิดการบอกต่อคุณภาพบริการ

3) สถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

3.1 มีภาพลักษณ์ที่ดีจากการจัดระบบและบริการจัดการได้ถูกสุขอนามัยทั้งบุคลากร สถานที่ อุปกรณ์เครื่องมือและสภาพแวดล้อม

3.2 ป้องกันการร้องเรียนหรือการฟ้องร้องจากผู้รับบริการ รวมทั้งการให้ข้อมูลข่าวสารที่บิดเบือนเกี่ยวกับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

3.3 ลดความสูญเสียด้านเวลา ทรัพยากรและค่าใช้จ่ายในการแก้ปัญหาที่ไม่จำเป็นที่อาจส่งผลต่อการเติบโตของธุรกิจบริการสุขภาพ

องค์ประกอบในการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

การดำเนินการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดนั้น ต้องได้รับความร่วมมือจากบุคลากรทุกคน โดยการสร้างความตระหนัก การกำหนดเป็นนโยบายและแนวปฏิบัติ รวมทั้งการมีระบบการติดตาม ประเมินผลที่ชัดเจน โดยคำนึงถึงองค์ประกอบที่สำคัญในการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ คือ

การจัดการระบบเฝ้าระวังการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ มีแนวทางการดำเนินงานดังนี้

1) การจัดการระบบเฝ้าระวังการติดเชื้อ

1.1 คัดกรองภาวะสุขภาพผู้รับบริการก่อนให้บริการว่ามีการติดเชื้อหรือป่วยด้วยโรคติดเชื้อหรือไม่ ดังนั้น ผู้ให้บริการจำเป็นต้องมีความรู้และทักษะในการคัดกรองภาวะสุขภาพเบื้องต้น โดยอาจใช้วิธีง่ายๆ เช่น การสังเกตความสะอาดของร่างกายทั่วไป บาดแผล โรคผิวหนัง การไอ จาม หรือการสอบถามข้อมูลการเจ็บป่วยในปัจจุบัน การได้รับยารักษาโรค การเดินทางไปในประเทศที่มีการระบาดของโรคโควิด-19 หรือโรคติดต่ออันตรายต่างๆ เป็นต้น โดยสถานประกอบการควรมีการบันทึกข้อมูลเพื่อคัดกรองผู้รับบริการ

1.2 เฝ้าระวังการติดเชื้อจากการใช้บริการอย่างเป็นระบบ เพื่อเพิ่มคุณภาพบริการให้ได้มาตรฐานเทียบเคียงระดับสากล โดยทำการเฝ้าสังเกตอย่างเป็นระบบและต่อเนื่องของการเกิดเหตุการณ์อันไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้น เช่น การติดเชื้อจากการใช้บริการและการให้บริการ ซึ่งจะต้องมีการบันทึกเก็บรวบรวมข้อมูลเหตุการณ์การติดเชื้อที่เกิดขึ้น แล้วนำข้อมูลมาทำการวิเคราะห์เพื่อค้นหาปัญหาหรือความเสี่ยงที่เป็นสาเหตุของปัญหา และจัดทำสรุปรายงาน เช่น ปัญหาของการติดเชื้อในสถานประกอบการมีอะไรบ้าง พบมากน้อยแค่ไหน ระบุวัน เดือน ปี ที่มีปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ใช้บริการหรือผู้ให้บริการในการเก็บข้อมูล อย่างไรก็ตาม จำเป็นต้องระมัดระวังเรื่องการละเมิดสิทธิส่วนบุคคลด้วย โดยควรมีการจัดทำแบบฟอร์มในการเฝ้าระวังไว้

1.3 กำหนดแนวทางการป้องกันเพื่อปรับปรุงคุณภาพให้เหมาะสมกับสถานประกอบการ โดยจัดทำมาตรการ คู่มือ แนวทางการปฏิบัติเบื้องต้นในการป้องกันและแก้ไขปัญหา ควรเปิดโอกาสให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น รวมทั้งสร้างความตระหนักสร้างขวัญกำลังใจ และส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันและนำสู่การปฏิบัติอย่างจริงจัง ทั้งนี้ จะต้องมีการทบทวนมาตรการ คู่มือ แนวทางปฏิบัติที่กำหนดไว้ให้มีความทันสมัยเหมาะสมกับความรู้และเทคโนโลยี รวมทั้งสถานการณ์ความเสี่ยงทางสุขภาพที่เปลี่ยนแปลงไป

1.4 การติดตามประเมินผล เพื่อประเมินประสิทธิภาพของการแก้ปัญหาว่าได้ผลเป็นอย่างไร เช่น ปัญหาการติดเชื้อที่สามารถป้องกันได้มีการเกิดซ้ำขึ้นอีกหรือไม่ ผู้ปฏิบัติงานมีความตระหนัก มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถปฏิบัติตามมาตรการแนวทางปฏิบัติที่กำหนดไว้ได้ครบถ้วนถูกต้องหรือไม่ ลูกค้ามีความเชื่อมั่นพึงพอใจบริการในระดับใด ในกรณีที่มีปัญหาการติดเชื้อเกิดซ้ำกลายเป็นปัญหาเรื้อรังหรือปัญหาลุกลามมากขึ้น จะต้องรีบดำเนินการแจ้งข้อมูลให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทราบ

2) การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ทั้งจากการให้บริการและการดูแลสุขภาพบุคลากรผู้ให้บริการ

3) การทำความสะอาดและการทำลายเชื้อ โดยมีการกำหนดแนวทางปฏิบัติที่มีมาตรฐานในการทำความสะอาดและการทำลายเชื้อในอาคาร สถานที่ รวมทั้งอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ต่างๆ ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

4) การจัดการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การจัดแบ่งสัดส่วนการใช้พื้นที่ให้ชัดเจน จัดให้มีการระบายอากาศเพียงพอ มีการจัดการน้ำดื่มน้ำใช้ที่ถูกสุขลักษณะ มีการจัดการสิ่งปฏิกูลมูลฝอยและน้ำเสียที่ถูกต้องตามหลักอนามัยสิ่งแวดล้อม จัดหาให้มีเครื่องสุขภัณฑ์ที่ดีอย่างเพียงพอ ห้องผลัดเปลี่ยนเสื้อผ้าที่สะอาด ตู้เก็บเสื้อผ้าและล็อคเกอร์ที่สะอาดถูกสุขลักษณะปลอดภัย แยกชาย-หญิง โดยต้องแยกผ้า ผลิตภัณฑ์ วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้แล้วจากที่ยังไม่ได้ใช้ รวมทั้งการควบคุมพาหะนำโรคอย่างถูกหลักสุขาภิบาล

5) การให้ความรู้และการให้คำแนะนำแก่ผู้ให้บริการและผู้รับบริการ ผู้ดำเนินการสปาเพื่อสุขภาพจำเป็นต้องมีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ทั้งที่เป็นการเรียนรู้ด้วยตนเองและการแสวงหาความรู้เพิ่มเติมจากการฝึกอบรม ประชุม ศึกษาดูงานอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีทักษะในการให้คำปรึกษา การถ่ายทอดแนะนำด้านการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อให้แก่ผู้ให้บริการและผู้รับบริการด้วย

บทบาทของผู้ประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ : ด้านการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ

บทบาทด้านการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพเป็นบทบาทที่มีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าบทบาทอื่นของผู้ดำเนินการสปาเพื่อสุขภาพ เนื่องจากผู้รับบริการคาดหวังความผ่อนคลาย ปลอดภัยและประทับใจในบริการที่มีคุณภาพมาตรฐานตามหลักสุขอนามัย ดังนั้น การป้องกันความเสี่ยงในการเกิดผลลัพธ์ที่ไม่พึงประสงค์จากการให้บริการจึงเป็นหน้าที่ที่สำคัญหน้าที่หนึ่งในการดำเนินกิจการสปาเพื่อสุขภาพ

บทบาทของผู้ประกอบการสปาเพื่อสุขภาพด้านการป้องกันการติดเชื้อ มีดังนี้

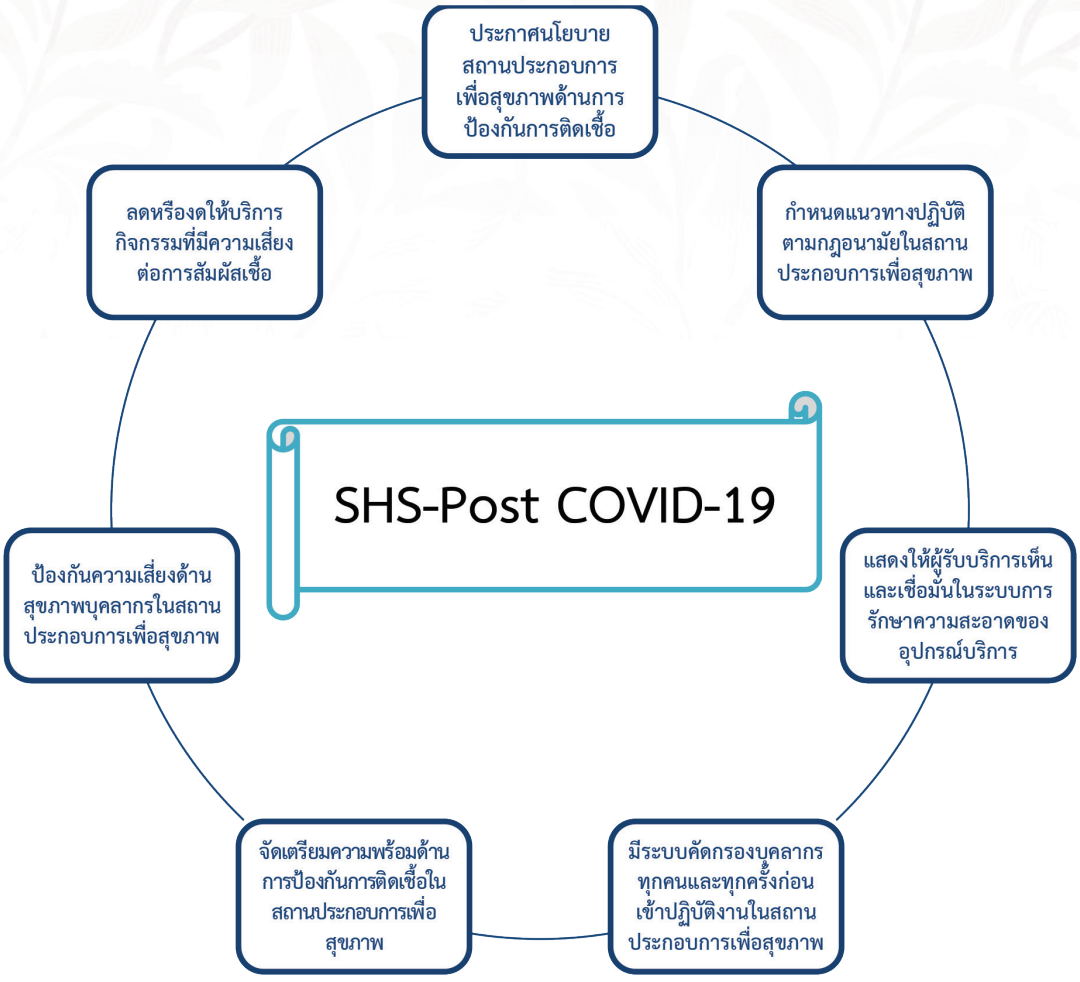
1) เป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง (Change Agent) ของการพัฒนาระบบการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ โดย

1.1 วิเคราะห์สถานการณ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาระบบ พร้อมทั้งเสนอกลยุทธ์การพัฒนาระบบการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ โดยคำนึงถึงความคุ้มค่า คุ้มทุน สมประโยชน์และเกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการคุ้มครองผู้บริโภคด้านบริการสุขภาพ

1.2 กำหนดวิสัยทัศน์ นโยบาย แผนปฏิบัติการด้านการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพที่มีเป้าหมาย วัตถุประสงค์ที่ชัดเจน สอดคล้องกับแนวปฏิบัติการป้องกันการติดเชื้อที่กำหนดโดยกระทรวงสาธารณสุขที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสมตามลักษณะของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

1.3 จัดทำคู่มือปฏิบัติงาน Spa Hygiene Standard Post Covid-19 (SHS-Post COVID-19) ที่เป็นแนวปฏิบัติมาตรฐานใหม่ (New Normal) เพื่อการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพหลังผ่านพ้นการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

Spa Hygiene Standard Post Covid-19



1.4 สร้างความตระหนักรู้ ด้านการป้องกันการติดเชื้อแก่บุคลากรในระดับปฏิบัติการทุกคนอย่างต่อเนื่อง เหมาะสมกับหน้าที่ที่รับผิดชอบ รวมทั้งการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติที่ดี (Role model)

1.5 ส่งเสริม สนับสนุนและให้คำปรึกษาต่อการนำแผนปฏิบัติการฯ สู่การปฏิบัติ รวมทั้งการแก้ไขปัญหาทั้งที่เป็นกรณีเร่งด่วน กรณีเฉพาะหน้าและปัญหาที่มีการสั่งสมมา

1.6 ติดตามประเมินผลการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

1.7 เสนอแนวทางการปรับปรุงแก้ไขและให้ข้อเสนอแนะเพื่อประกอบการตัดสินใจแก่ผู้ประกอบการสปาเพื่อสุขภาพ

2) ผู้จัดการความเสี่ยง (Risk Manager) มีหน้าที่แก้ไขปัญหารายกรณี และนำไปสู่การวางแผนป้องกันความเสี่ยงเชิงระบบ เพื่อป้องกันปัญหาไม่ให้ลุกลามหรือขยายผลการแก้ปัญหา ซึ่งต้องบรรเทาความรุนแรงของปัญหาหรือขจัดปัญหาให้หมดไป โดยมีความคุ้มทุนในการบริหารจัดการและก่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด อีกทั้งป้องกันมิให้เกิดปัญหานั้นซ้ำซ้อนอีกในอนาคต ดังนี้

2.1 การแก้ปัญหารายกรณี

2.1.1 วิเคราะห์และค้นหาความเสี่ยงของปัญหาที่พบบ่อย ก่อให้เกิดค่าใช้จ่ายสูงในการจัดการปัญหาส่งผลกระทบรุนแรงต่อสถานประกอบการสปาเพื่อสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

2.1.2 จัดลำดับความสำคัญของปัญหา

2.1.3 ค้นหาสาเหตุของปัญหา

2.1.4 จัดทำแผนและมาตรการเบื้องต้นของการแก้ไขปัญหา รวมทั้งซักซ้อมแผนเป็นประจำโดยการมีส่วนร่วมของบุคลากร

2.1.5 นำมาตรการไปใช้ทันทีในกรณีที่เกิดปัญหา

2.1.6 ติดตามประเมินประสิทธิผลของมาตรการดังกล่าว

2.1.7 ทบทวนและปรับปรุงแนวปฏิบัติการป้องกันการติดเชื้อสำหรับปัญหารายกรณีให้เป็นปัจจุบัน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานทบทวนบทเรียนและศึกษาด้วยตนเอง

2.1.8 สนับสนุนขวัญกำลังใจและความเชื่อมั่นของบุคลากรในการแก้ไขปัญหา

2.2 การแก้ไขปัญหาเชิงระบบ

2.2.1 กำหนดประเด็นสำคัญในระดับนโยบาย เพื่อวางระบบป้องการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

2.2.2 กำหนดให้แผนป้องกันการติดเชื้อให้เป็นส่วนหนึ่งของแผนการลงทุน (Investment Plan) และแผนปฏิบัติการ (Normal Operating Plan) ของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

2.2.3 กำหนดแผนงาน กิจกรรมด้านการป้องกันการติดเชื้อที่สอดคล้องกับประเด็นสำคัญหรือสถานการณ์ที่เป็นความเสี่ยง

2.2.4 กำหนดและพัฒนาทีมงานผู้รับผิดชอบและบทบาทหน้าที่ด้านการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

2.2.5 ส่งเสริมโอกาสการเรียนรู้เกี่ยวกับการป้องกันการติดเชื้อเพื่อสร้างความเชื่อมั่นในการจัดการปัญหาและมีความพร้อมในการปฏิบัติงานของผู้ปฏิบัติงาน

2.2.6 ปลูกจิตสำนึกและค่านิยมร่วม เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมบริการที่พึงประสงค์ด้านการป้องกันการติดเชื้อ อันจะนำไปสู่ภาพลักษณ์ที่ดีด้านการคุ้มครองผู้บริโภคด้านบริการสุขภาพของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

2.2.7 ทบทวนและประเมินผลระบบการให้บริการ ทั้งด้านปัจจัยนำเข้า กระบวนการ ผลผลิตและผลลัพธ์ เพื่อป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดการลุกลามหรือเรื้อรังของปัญหาการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

2.2.8 พัฒนาและปรับปรุงคุณภาพการประกอบกิจการ เพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่กระบวนการตรวจและประเมินมาตรฐานสถานประกอบการเพื่อสุขภาพมาตรฐานใหม่ (New Normal)

3) ผู้คุ้มครองสิทธิประโยชน์ของผู้ให้บริการและผู้รับบริการ (Advocator) มีหน้าที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับบริการที่สอดคล้องกับความเสี่ยงด้วยรูปแบบที่เหมาะสมและกระตุ้นความสนใจของผู้รับบริการ

3.1 คัดกรองสุขภาพของผู้รับบริการก่อนใช้บริการทุกครั้งและตรวจสอบสภาวะสุขภาพของผู้ให้บริการอย่างสม่ำเสมอ

3.2 ให้ข้อมูล ความรู้ด้านการป้องกันการติดเชื้อด้วยวิธีการที่เหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการและความสนใจของผู้รับบริการโดยไม่เป็นการละเมิดสิทธิส่วนบุคคล

3.3 จัดให้มีช่องทางหรือวิธีการให้ผู้รับบริการแสดงความเห็นหรือความพึงพอใจต่อการจัดระบบป้องกันการติดเชื้อและนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมกับสภาพสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ทั้งโดยวิธีการทางเอกสารหรือการประเมินคุณภาพบริการผ่าน smart phone หรือ kiosk ต่างๆ

3.4 ดูแลสวัสดิภาพ ความปลอดภัย และสวัสดิการด้านการป้องการติดเชื้อของผู้ให้บริการ เช่น การกำหนดให้บุคลากรต้องได้รับการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี ซึ่งรวมถึงการเอกซเรย์ปอดประจำปี การจัดสรรหน้ากากอนามัย face shield เจลแอลกอฮอล์ เมื่อเข้าปฏิบัติงาน เป็นต้น กรณีบุคลากรในความรับผิดชอบเป็นพนักงาน part time ต้องมีบันทึกผลการเอกซเรย์ปอดภายใน 6 เดือน ซึ่งเป็นการเฝ้าระวังการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพที่ทำได้ง่ายและมีประสิทธิภาพ

การติดตามกำกับการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามแนวปฏิบัติ

1) ผู้ดำเนินการสปาต้องเป็นบุคลากรหลักในการควบคุมระบบและกระบวนงานของการป้องกันการติดเชื้อภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ดังต่อไปนี้

1.1 สังเกตและเฝ้าระวังอย่างต่อเนื่องว่ามีการเกิดและการกระจายของปัญหาการติดเชื้อภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพหรือไม่อย่างไร ในช่วงความถี่ที่เหมาะสมและต้องระบุให้ชัดเจนว่าปัญหาของการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพมีอะไรบ้าง มีความรุนแรงในระดับใด

1.2 สร้างความมั่นใจว่าระบบเฝ้าระวังการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.3 สอนงานและให้คำแนะนำแก่ผู้ให้บริการให้สามารถปฏิบัติตามแนวทางป้องกันการติดเชื้อได้อย่างถูกต้อง

1.4 จัดการปัญหาหรือปฏิบัติการทันทีที่ได้รับคำร้องขอจากผู้ให้บริการและผู้รับบริการ

2) ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติงานตามกลไกต่อไปนี้

2.1 ปฏิบัติตามเกณฑ์มาตรฐานการป้องกันการติดเชื้อของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

2.2 ปฏิบัติงานภายใต้ขอบเขตการป้องกันการติดเชื้ออย่างเคร่งครัดและเป็นระบบ

2.3 หมั่นฝึกฝนให้ความรู้และเรียนรู้ระบบการป้องกันการติดเชื้อที่ทันสมัยอยู่เสมอ

2.4 บันทึกรายงานการปฏิบัติงานป้องกันการติดเชื้อประจำ

3) ตรวจสอบความพร้อมของอุปกรณ์การใช้งาน ขั้นตอนบริการแก่ผู้รับบริการและองค์ประกอบต่างๆ ของการบริการว่าอยู่ในสภาพที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อน้อยที่สุดหรือไม่มีเลย

4) ตรวจสอบให้มั่นใจว่าระบบการป้องกันจะสามารถระงับยับยั้งความเสี่ยงหรือปัญหาการติดเชื้อได้ในทุกระบบที่เกี่ยวข้องได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5) เตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ระบบการเทียบเคียงมาตรฐาน (Benchmarking) ด้านระบบการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมในการปรับปรุงพัฒนากระบวนการให้ทันสมัยอยู่เสมอ

6) บันทึกผลและจัดทำเป็นรายงานประจำช่วงเวลาตามที่ต้องการ ในการลงบันทึกต้องระบุวัน เดือน ปี และชื่อ-สกุลผู้บันทึกข้อมูลด้วยทุกครั้ง

แนวปฏิบัติการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

1. ด้านบุคลากร

ผู้ให้บริการมีการรักษาความสะอาดส่วนบุคคลและรู้วิธีป้องกันโรค โดยเฉพาะโรคติดเชื้อที่อาจเกิดขึ้นได้จากการปฏิบัติงานในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพและเพื่อเป็นการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ผู้ให้บริการควรได้รับภูมิคุ้มกันโรคตามความเหมาะสม

แนวปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขอนามัยของผู้ให้บริการ มีดังนี้

1.1 การตรวจสุขภาพ

1.1.1 การตรวจสุขภาพก่อนรับเข้าปฏิบัติงาน ผู้ให้บริการต้องได้รับการตรวจสุขภาพก่อนเข้าปฏิบัติงานในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ โดยมีใบรับรองแพทย์เพื่อยืนยันถึงการเป็นผู้มีสุขภาพอนามัยดี ร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตดี ไม่ป่วยเป็นโรคที่ต้องห้ามหรือโรคติดต่อร้ายแรงตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวยฯ พ.ศ. 2551 ในกรณีเกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคที่อาจติดต่อไปสู่ผู้อื่นได้ เช่น โรคติดต่อของระบบทางเดินหายใจ โรคผิวหนังต่างๆ ควรรับการรักษาให้หายเป็นปกติก่อนรับเข้าปฏิบัติงาน

1.1.2 การตรวจสุขภาพประจำปี สถานประกอบการควรจัดให้มีการตรวจสุขภาพผู้ให้บริการประจำปี เฝ้าระวังการป่วยด้วยโรคติดเชื้อที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ให้บริการอันจะส่งผลต่อประสิทธิภาพและคุณภาพการปฏิบัติงาน เช่น การเอกซเรย์ปอดทุกปี เป็นต้น

1.1.3 ในกรณีที่ผู้ให้บริการป่วยด้วยโรคติดเชื้อที่สามารถติดต่อได้หรือป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ สถานประกอบการควรมีสวัสดิการในการรักษาพยาบาลผู้ให้บริการควรปรับเปลี่ยนงานหรือให้หยุดงานตามจำเป็นหรือปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

1.2 การดูแลสุขวิทยาส่วนบุคคล

1.2.1 ความสะอาดของร่างกายและชุดปฏิบัติงาน การทำความสะอาดร่างกายควรอาบน้ำอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง และเช็ดให้แห้ง โดยเฉพาะบริเวณจุดอับของร่างกาย เช่น รักแร้ ขาหนีบ ควรทาโลชั่นบำรุงผิวเพื่อป้องกันผิวหนังแตก แห้ง และดูแลไม่ให้มีกลิ่นตัวไม่พึงประสงค์ ผู้ปฏิบัติงานควรสวมใส่เสื้อผ้าที่สะอาดไม่อับชื้นเหมาะสมกับสภาพอากาศของสถานประกอบการและควรเปลี่ยนทุกวันและทำความสะอาดชุดปฏิบัติงานตามปกติ

1.2.2 ภายใต้มาตรฐานใหม่ของการให้บริการ (New Normal) ผู้ให้บริการต้องสวมหน้ากากอนามัยแบบใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อจากผู้รับบริการคนหนึ่งไปยังผู้รับบริการคนอื่นๆ หากผู้ให้บริการมีอาการเจ็บป่วยในระบบทางเดินหายใจ ควรให้หยุดปฏิบัติงานจนกว่าจะไม่มีอาการไอ จาม หรืออาการจมูกไม่ได้กลิ่น ซึ่งแสดงถึงว่ายังอยู่ในระยะแพร่กระจายเชื้อ

1.2.3 ในการปฏิบัติงาน ผู้ให้บริการต้องไม่สวมใส่เครื่องประดับนิ้วมือและข้อมือ เช่น แหวน กำไล สร้อย ข้อมือ เป็นต้น เพราะเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรค รวมทั้งเครื่องประดับนั้นอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้รับบริการ

1.2.4 ความสะอาดของเส้นผมและหนังศีรษะ ควรชำระล้างฝุ่นละออง สิ่งสกปรกและรังแคออกจากเส้นผมและหนังศีรษะ โดยการสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง หลีกเลี่ยงการใช้เล็บเกาหนังศีรษะให้ใช้ปลายนิ้ว นิ้วและฝ่ามือสระทำความสะอาดและนวดวนทั่วศีรษะ และใช้ผลิตภัณฑ์บำรุงเส้นผมตามความจำเป็นเพื่อให้เส้นผมและหนังศีรษะมีสุขภาพดี รวมทั้งการดูแลจัดการทรงผมให้เรียบร้อยในระหว่างการปฏิบัติงาน

1.2.5 ความสะอาดของเล็บมือ เล็บเท้า ควรดูแลเล็บมือและเล็บเท้าให้สั้นและสะอาดอยู่เสมอ ด้วยการตัดเล็บมือ เล็บเท้าอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง เนื่องจากบริเวณเล็บมือเล็บเท้าเป็นแหล่งสะสมสิ่งสกปรกและเชื้อโรค

1.2.6 ความสะอาดของมือและเท้า

1) การทำความสะอาดมือ มือเป็นอวัยวะที่ใช้ในทำกิจกรรมต่างๆ ในการประกอบกิจกรรมในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพมากที่สุดและเป็นแหล่งสะสมและแพร่กระจายของเชื้อโรคได้ง่ายที่สุด ดังนั้น การดูแลความสะอาดของมือของผู้ให้บริการ จึงมีความสำคัญและจำเป็นเพื่อป้องกันการติดเชื้อและแพร่กระจายเชื้อระหว่างผู้ให้บริการและผู้รับบริการ

2) การล้างมือที่ถูกวิธี เป็นมาตรการการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อที่มีประโยชน์ที่สุด เนื่องจากประหยัดที่สุด ง่ายที่สุดและรวดเร็วที่สุด ดังนั้น สถานประกอบการเพื่อสุขภาพทุกแห่งควรตระหนักและให้ความสำคัญกับการกระตุ้นสอนวิธีการล้างมือที่ถูกวิธีแก่ผู้ให้บริการและผู้รับบริการ รวมทั้งผู้ให้บริการต้องดูแลมือให้มีสุขภาพดีอยู่เสมอ ได้แก่ สะอาด ไม่มีบาดแผล ผิวหนังบริเวณมือเล็บมือไม่แห้งหรือแตก รวมทั้งการไม่ทาสีเล็บมือซึ่งจะปิดบังสิ่งสกปรกที่ติดอยู่ตามซอกเล็บ เป็นต้น ดังนั้น การล้างมือให้ถูกวิธีจึงมีความแตกต่างจากการล้างมือแบบทั่วๆ ไป เนื่องจากเป็นวิธีการที่มีขั้นตอนและท่าทางการล้างมือที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ ทำให้สามารถลดปริมาณสิ่งสกปรกหรือเชื้อโรคที่ติดอยู่ที่มือได้ถึงร้อยละ 99

3) การทำความสะอาดเท้า การดูแลความสะอาดเท้ามีความสำคัญและจำเป็นเช่นเดียวกัน โดยผู้ให้บริการจะต้องล้างทำความสะอาดเท้าให้สะอาดเช็ดเท้าและซอกนิ้วเท้าให้แห้งอยู่เสมอ ระมัดระวังและดูแลไม่ให้เท้ามีกลิ่นเหม็นอับ ผิวหนังบริเวณนิ้วเท้า ส้นเท้าไม่แตกหรือแห้ง หรือใส่ถุงเท้าที่ซักสะอาดเสมอ

4) การล้างมือกระทำเมื่อ

- ก่อนและหลังการให้บริการหรือระหว่างให้บริการ เช่น นวดบริเวณเท้าแล้วจะมานวดศีรษะต่อ
- ก่อนเตรียมและปรุงอาหาร หรือจัดเตรียมผลิตภัณฑ์ที่จะใช้บนร่างกายของผู้รับบริการ
- ก่อนรับประทานอาหาร
- หลังเสร็จสิ้นบริการและหยิบจับสิ่งสกปรก
- หลังการขับถ่าย

การล้างมือที่ถูกต้องในการให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ สามารถใช้สบู่ก้อนหรือสบู่เหลวธรรมดาที่มีจำหน่ายทั่วไปได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้สบู่ที่ผสมน้ำยาฆ่าเชื้อ กรณีที่ใช้สบู่ก้อนควรจัดบริเวณหรือภาชนะเก็บหรือวางสบู่ให้อยู่ในสภาพที่สะอาด ไม่ชื้นแฉะหรือไม่มีน้ำขัง รวมทั้งล้างทำความสะอาดภาชนะบรรจุของเหลวและทำให้แห้งก่อนเติมสบู่ใหม่เป็นประจำ

5) วิธีการล้างมือให้สะอาดและถูกต้อง มีดังนี้

- ล้างมือให้เปียกด้วยน้ำ
- ใช้สบู่หรือสบู่เหลวในการฟอกมือด้วยท่าที่ถูกต้อง 7 ขั้นตอน ทุกขั้นตอนทำ 5 ครั้ง สลับกันทั้ง 2 ข้าง (มือซ้ายและมือขวา)
- ล้างมือด้วยน้ำสะอาด
- เช็ดมือให้แห้งด้วยผ้าที่สะอาดหรือกระดาษซับมือให้แห้ง ไม่ควรให้ผ้าเช็ดมือชนิดใช้ผืนเดียวแขวนไว้ทั้งวัน เพราะผ้าเช็ดมือผืนนั้นจะกลายเป็นแหล่งเพาะพันธุ์และแพร่กระจายเชื้อโรคภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพได้

กรณีมีแผลที่มือและนิ้วให้ปิดแผลด้วยพลาสเตอร์ให้มิดชิดและหลีกเลี่ยงไม่ให้ถูกน้ำและสิ่งสกปรก หากมีความจำเป็นต้องใส่ถุงมือเพื่อป้องกันน้ำและสิ่งสกปรกเข้าสู่บาดแผล

กรณีที่ใส่ถุงมือในการบริการต่อลูกค้า เมื่อเสร็จสิ้นภารกิจของผู้รับบริการรายนั้นๆ แล้วให้ถอดถุงมือทิ้งในถังขยะจัดเตรียมไว้เฉพาะ และล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำหรือสบู่ตามวิธีการล้างมือที่ถูกต้องและเช็ดให้แห้งก่อนให้บริการผู้รับบริการรายต่อไป

1.2.7 ความสะอาดของช่องปากและฟัน ผู้ให้บริการควรได้รับการตรวจสุขภาพช่องปากและฟันอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง ควรแปรงฟัน แปรงลิ้นให้สะอาดอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง ในตอนเช้าและก่อนนอน และอาจแปรงฟันเพิ่มหลังรับประทานอาหารในแต่ละวัน รวมทั้งต้องระมัดระวังไม่ให้มีกลิ่นปากทั้งจากการรับประทานอาหาร และจากปัญหาสุขภาพในช่องปาก เช่น ฟันผุ เหงือกอักเสบ เป็นต้น

1.2.8 ถ่ายอุจจาระเป็นเวลาทุกวัน

1.2.9 จัดที่พักระหว่างการปฏิบัติงานให้สะอาดเป็นระเบียบ อากาศถ่ายเทดี

1.2.10 กินอาหารที่ปรุงสุก ผัก ผลไม้ ควรล้างให้สะอาด ใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกันอย่างมีระยะห่าง รวมทั้งควรมีช้อนและแก้วน้ำส่วนตัว

1.2.11 ออกกำลังกายเป็นประจำและสม่ำเสมอ

1.2.12 นอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ

2. ด้านผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือ

2.1 นิยาม

2.1.1 ผลิตภัณฑ์ที่นำมาใช้ในสปาเพื่อสุขภาพเรียกโดยรวมว่า เครื่องสำอาง หมายถึง

1) วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้ทาถู นวด โรย พ่น หยอด ใส่ อบ หรือกระทำด้วยวิธีอื่นใดต่อส่วนหนึ่งของร่างกาย เพื่อความสะอาด ความสวยงามหรือส่งเสริมให้เกิดความสวยงาม และรวมตลอดทั้งเครื่องประทินผิวต่างๆ ด้วย

2) วัตถุที่มุ่งหมายสำหรับใช้เป็นส่วนผสมในการผลิตเครื่องสำอางโดยเฉพาะหรือ

3) วัตถุอื่นที่กำหนดโดยกฎกระทรวงฯ ให้เป็นเครื่องสำอาง

2.1.2 เครื่องมือ หมายถึง สิ่งที่นำมาใช้งานในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพเพื่อให้บริการกับผู้รับบริการ

2.2 การดูแล การเก็บรักษาผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ และเครื่องมือ

ผลิตภัณฑ์และเครื่องมือที่นำมาใช้ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ต้องมีการเก็บรักษาการทำความสะอาดอย่างถูกสุขลักษณะเพื่อความปลอดภัย เนื่องจากเชื้อโรคบางชนิดอาจติดต่อจากผู้รับบริการคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่งได้ ดังนั้น การทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องมือจึงถือเป็นหัวใจสำคัญในการป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรคภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ซึ่งมีแนวทางในการดำเนินการดังต่อไปนี้

2.2.1 ผลิตภัณฑ์ประเภทเครื่องสำอาง

- มีห้องจัดเก็บที่สามารถควบคุมอุณหภูมิและความชื้นให้เหมาะสม ในที่ที่ไม่ถูกความร้อนหรือแสงแดด
- มีภาชนะห่อหุ้มที่มิดชิด อากาศไม่สามารถเข้าถึงและไม่มีช่องทางให้ฝุ่นละออง สิ่งสกปรกหรือเชื้อโรคสามารถเข้าไปปนเปื้อนได้
- มีการแบ่งหมวดหมู่ผลิตภัณฑ์ที่ชัดเจน แยกประเภทให้ถูกต้อง ป้องกันความผิดพลาดในการหยิบใช้
- เครื่องสำอางที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ ควรมีเอกสารหรือฉลากกำกับติดไว้ให้สังเกตเห็นได้ชัด
- เครื่องสำอางที่มีการแบ่งมาใช้บริการในแต่ละครั้งควรประมาณปริมาณการใช้ให้พอเหมาะ เมื่อเหลือจากการใช้งานต้องไม่นำใส่คืนในกล่องหรือขวดผลิตภัณฑ์ก่อนแบ่งมาใช้และไม่นำมาใช้กับผู้รับบริการคนต่อไป
- ควรล้างทำความสะอาดภาชนะที่แบ่งผลิตภัณฑ์มาใช้ทุกครั้งหลังเสร็จสิ้นการให้บริการ
- หมั่นสังเกตเครื่องสำอางที่หมดอายุ เช่น มีกลิ่นและสีที่เปลี่ยนไปหรือมีการปนเปื้อนของเชื้อรา เมื่อพบความผิดปกติต้องไม่นำมาใช้ในการให้บริการ

2.2.2 เครื่องมือหรืออุปกรณ์ประเภทโลหะ พลาสติก ไม้ เครื่องแก้วเซรามิก ฟองน้ำ และเครื่องใช้ไฟฟ้า

- เครื่องมือประเภทโลหะต้องอยู่ในสภาพดี ไม่ชำรุดหรือขึ้นสนิม
- เครื่องมือหรืออุปกรณ์ประเภทพลาสติก ต้องอยู่ในสภาพไม่ชำรุด ผิวเรียบลื่น ไม่ขรุขระ
- อุปกรณ์ประเภทไม้ ต้องอยู่ในสภาพใช้งานได้ดี ไม่แตก เป็นเสี้ยนหรือปนเปื้อนเชื้อรา

- เครื่องมือหรืออุปกรณ์ประเภทแก้วและเซรามิก ต้องอยู่ในสภาพที่ปลอดภัยต่อการใช้ ไม่มีรอยบิ่นหรือแตกร้าว

- อุปกรณ์ประเภทฟองน้ำ ต้องอยู่ในสภาพที่สมบูรณ์ไม่ขาดแห้งสะอาดอยู่เสมอและไม่มีเชื้อราขึ้น

- เครื่องใช้ไฟฟ้า ต้องอยู่ในสภาพไม่ชำรุด สายไฟเป็นฉนวน 2 ชั้น ไม่มีรอยฉีกของสายไฟ

2.2.3 เครื่องใช้ประเภทผ้า

- ชุดสำหรับใส่ให้บริการประเภทต่างๆ ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพต้องสะอาดและมีจำนวนเพียงพอในการใช้สำหรับผู้ปฏิบัติงานแต่ละคน

- กางเกงในที่ใช้สำหรับผู้รับบริการนวดน้ำมัน (aromatic massage) ต้องจัดหาให้เพียงพอและบรรจุในซองพลาสติกสำหรับผู้รับบริการแต่ละรายใช้ครั้งเดียวทิ้งในถังขยะที่จัดเตรียมไว้โดยเฉพาะและไม่นำกลับมาใช้อีก

- ผ้าขนหนูสำหรับคลุมตัวผู้รับบริการนวดน้ำมัน (aromatic massage) ต้องเป็นผืนที่ผ่านการซักทำความสะอาดมาแล้วทุกครั้ง และมีจำนวนเพียงพอในการใช้งานสำหรับแต่ละคน

- ผ้าขนหนูสำหรับการนวดเท้า ต้องแยกประเภท ห้ามใช้ปะปนกับผ้าที่ใช้กับส่วนอื่น ผ่านการซักทำความสะอาดมาแล้วทุกครั้ง และมีจำนวนเพียงพอในการใช้งานสำหรับแต่ละคน

- เครื่องแบบผู้ให้บริการต้องสะอาด มีจำนวนเพียงพอ ไม่สวมซ้ำในแต่ละวันและไม่ใช้ปะปนกัน

- ผ้าปิดปากและจมูกสำหรับพนักงาน ต้องมีจำนวนเพียงพอสำหรับสวมขณะให้บริการกรณีนวดใกล้บริเวณศีรษะและใบหน้า

3. ด้านการทำความสะอาดและการทำลายเชื้อ

3.1 นิยาม

การล้างทำความสะอาด หมายถึง การขจัดอินทรียสาร สิ่งสกปรก ฝุ่นละอองและสิ่งปนเปื้อนต่างๆ ออกจากอุปกรณ์เครื่องมือและสิ่งแวดล้อม การล้างทำความสะอาดเป็นขั้นตอนแรกในกระบวนการทำลายเชื้อ สามารถลดจำนวนเชื้อโรคให้มีไม่เพียงพอที่จะก่อให้เกิดโรคในคนได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด เนื่องจากทำได้ง่าย รวดเร็ว และมีความประหยัด ซึ่งต้องทำในบริเวณที่จัดไว้สำหรับล้างอุปกรณ์โดยเฉพาะ

การทำลายเชื้อ หมายถึง การกำจัดเชื้อจุลชีพที่ปนเปื้อนบนเครื่องมือ อุปกรณ์ หรือบนพื้นผิวสัมผัสต่างๆ ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

3.2 องค์ประกอบสำคัญของการทำความสะอาด ประกอบด้วย

3.2.1 น้ำสะอาด

3.2.2 สารขจัดคราบ เช่น ผงซักฟอก สบู่ หรือน้ำยาล้างจาน เป็นต้น

3.2.3 สารทำลายเชื้อโรคต่างๆ ที่ต้องนำมาใช้อย่างถูกต้องตามชนิด ประเภท และวัตถุประสงค์ของการใช้งาน

3.2.4 การเช็ด ขัด ถู ล้าง ฉีดพ่นบนพื้นผิว

3.3 วิธีการและขั้นตอนการล้างทำความสะอาดที่ควรปฏิบัติ มีดังนี้

3.3.1 ถอดชิ้นส่วนต่างๆ ของอุปกรณ์เครื่องมือในส่วนที่สามารถถอดออกได้

3.3.2 กรณีสามารถล้างทำความสะอาดได้ทันทีหลังการใช้งาน ควรเช็ดหรือขจัดสิ่งสกปรกต่างๆ ออกจากอุปกรณ์ เครื่องมือออกก่อนด้วยกระดาษทิชชู

3.3.3 ล้างด้วยน้ำสะอาด โดยวิธีการให้น้ำไหลผ่านเครื่องมือนั้นก่อนนำไปล้างด้วยสารขจัดคราบ

3.3.4 กรณียังไม่สามารถล้างได้ทันที ควรแช่อุปกรณ์เครื่องมือนั้นลงในผงซักฟอก น้ำสบู่ หรือน้ำยาล้างจาน เพื่อให้คราบที่ติดแน่นสามารถล้างออกได้ง่าย

3.3.5 ขณะล้างทำความสะอาด ควรขัดพื้นผิวภายในและภายนอกให้ทั่วถึง และต้องใช้แปรงขนาดเหมาะสมขัดถูในบริเวณที่มือไม่สามารถเข้าถึงได้ ล้างออกด้วยน้ำสะอาดจดหมดคราบ

3.3.6 นำอุปกรณ์ เครื่องมือที่ล้างออกแล้ววางลงในภาชนะที่สามารถระบายน้ำได้ดี แล้วจึงนำไปผึ่งแดดให้แห้งก่อนจัดเก็บเพื่อรอการใช้ครั้งต่อไป

3.3.7 ฟองน้ำ ควรจัดทำหีบห่อแยกเป็นชิ้นๆ สำหรับการใช้งานในแต่ละครั้ง

ในกรณีที่อุปกรณ์เครื่องมือนั้นจะต้องสัมผัสกับผิวหนังภายนอกของผู้รับบริการโดยตรง การล้างทำความสะอาดด้วยวิธีการดังกล่าวข้างต้น เพียงพอในการขจัดสิ่งสกปรกและเชื้อโรค ให้หมดไป แต่หากอุปกรณ์เครื่องมือนั้นต้องใช้ในกิจกรรมที่อาจมีสารคัดหลั่งหรือก่อให้เกิดรอยเปิดของผิวหนัง เช่น ดูดสิว ตัดผิวหนังรอบเล็บมือ เล็บเท้า อุปกรณ์เครื่องมือเหล่านี้ เมื่อผ่านการล้างทำความสะอาดแล้วต้องได้รับการทำลายเชื้อก่อนนำไปใช้กับผู้รับบริการรายต่อไปทุกครั้ง

3.4 วิธีการทำลายเชื้อสามารถ ทำได้ 3 แนวทาง ดังนี้

(ก) การทำลายเชื้อด้วย 70% แอลกอฮอล์

1) ล้างทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องมือให้เรียบร้อย

2) เช็ดอุปกรณ์ เครื่องมือด้วยผ้าสะอาดให้แห้ง

3) เช็ดอุปกรณ์ เครื่องมือเฉพาะส่วนที่ต้องสัมผัสกับผู้รับบริการด้วย 70% แอลกอฮอล์

(ข) การทำลายเชื้อด้วยวิธีการอบด้วยความร้อน

1) ล้างทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องมือให้เรียบร้อย

2) นำอุปกรณ์หรือเครื่องมือมาอบด้วยความร้อนจนแห้ง

(ค) การทำลายเชื้อด้วยวิธีการต้ม

1) ล้างทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องมือให้เรียบร้อย

2) ต้มน้ำให้เดือด แล้วจึงนำอุปกรณ์และเครื่องมือไปต้มโดยให้น้ำท่วมอุปกรณ์และเครื่องมือทุกชิ้นเป็นเวลานาน 20 นาที

3.5 อุปกรณ์เครื่องมือที่ต้องใช้ร่วมกัน

ต้องคำนึงถึงการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อระหว่างผู้รับบริการ หากมีจำนวน

ไม่เพียงพอต่อผู้รับบริการ ต้องมีการทำความสะอาดและการทำลายเชื้อก่อนนำไปใช้กับผู้รับบริการรายต่อไป ดังนี้

3.5.1 เครื่องใช้ประเภทผ้า ต้องไม่ให้มีการแพร่กระจ่ายเชื้อโรคจากผู้รับบริการคนหนึ่งสู่ผู้รับบริการคนอื่นๆ ต่อไป จึงควรมีจำนวนที่เพียงพอใช้ ไม่มีการใช้ซ้ำ โดยมีขั้นตอนการทำความสะอาด ดังนี้

- ผ้าที่ใช้แล้วต้องทำความสะอาดทุกครั้งหลังใช้ โดยแยกผ้าที่ใช้แล้วใส่ในภาชนะที่มีฝาปิดนำไปซักทำความสะอาดและผึ่งหรืออบให้แห้งก่อนนำกลับมาใช้ใหม่

วิธีการทำความสะอาด

(1) ซักในอุณหภูมิปกติ โดยไม่จำเป็นต้องเพิ่มอุณหภูมิให้สูงขึ้นเมื่อต้องการซักทำความสะอาด

(2) ซักด้วยน้ำสะอาด 1 ครั้ง เพื่อเป็นการขจัดคราบสกปรกออกก่อน

(3) ซักด้วยผงซักฟอก 1-2 ครั้ง เพื่อการทำความสะอาด ทั้งนี้ขึ้นกับความสกปรกของผ้า

(4) ซักด้วยน้ำสะอาด 1-2 ครั้ง เพื่อขจัดฟองผงซักฟอกออกจนเห็นว่าหมดฟอง

(5) ผึ่งแดดให้แห้งสนิทหรืออบด้วยเครื่องอบผ้า

(6) พับและห่อหุ้มด้วยพลาสติกก่อนจัดเก็บในตู้เก็บผ้าสะอาด แยกตามประเภท เพื่อรอการนำไปใช้ครั้งต่อไป

3.5.2 อ่างอาบน้ำ (tubs bath) อ่างน้ำวน (Hydrotherapy tubs & whirlpool) เครื่องอบไอน้ำหน้า (steamer) ห้องอบไอน้ำ (steam room) ห้องอบซาวน่า (sauna room) เป็นต้น ต้องได้รับการทำความสะอาดทันทีหลังการใช้บริการแต่ละครั้ง เนื่องจากต้องเตรียมไว้ให้บริการผู้รับบริการรายต่อไป โดยมี 4 ขั้นตอนการทำความสะอาด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เช็ดคราบและรอยเปื้อนออก โดยเฉพาะบริเวณที่ผู้รับบริการนั่ง โดยใช้ผ้าชุบน้ำสะอาดเช็ดเพื่อขจัดคราบรอยเปื้อนต่างๆ ออกไป

- กรณีเป็นอ่างอาบน้ำ (tubs bath) ต้องปล่อยน้ำออกให้หมดก่อน
- กรณีเป็นอ่างน้ำวน (Hydrotherapy tubs & whirlpool) หากจะใช้กับผู้รับบริการรายต่อไป ต้องมีการเปลี่ยนน้ำและล้างระบบน้ำเดิมที่ค้างอยู่ในท่อน้ำทิ้งให้หมด
- กรณีเป็นห้องอบไอน้ำหรือห้องอบซาวน่า ต้องมีการทำความสะอาดทุกครั้งหลังมีผู้รับบริการแต่ละราย เนื่องจากหากผู้รับบริการที่โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ซึ่งอาจไม่ให้ข้อมูลก่อนเข้ารับบริการ อาจมีสารคัดหลั่งออกมา ทำให้เกิดการแพร่กระจายเชื้อได้ โดยที่ผู้ให้บริการไม่สามารถประเมินคัดกรองได้ และหลังการให้บริการประจำวันของทุกวันควรทำความสะอาดห้องอบไอน้ำหรือห้องอบซาวน่าหลังทิ้งให้อุณหภูมิห้องเย็นลงจนเป็นอุณหภูมิห้อง

ขั้นตอนที่ 2 เช็ดถูทำความสะอาด โดยใช้ผ้าชุบน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาดตามคู่มือการใช้งานของอุปกรณ์นั้นๆ

ขั้นตอนที่ 3 ขจัดคราบผงซักฟอก โดยใช้ผ้าชุบน้ำสะอาดเช็ดจนไม่เห็นคราบผงซักฟอก และใช้น้ำสะอาดล้างฟองผงซักฟอกออกจนหมด

ขั้นตอนที่ 4 เช็ดให้แห้งโดยใช้ผ้าที่สะอาดและแห้ง เช็ดพื้นผิวที่นั่งและบริเวณโดยรอบให้แห้งก่อน จึงจะเปิดให้ผู้รับบริการรายต่อไปเข้ามาใช้

3.6 การจัดการด้านความปลอดภัย ผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือ

3.6.1 ผลิตภัณฑ์ประเภทเครื่องสำอาง น้ำยา และสารเคมีต่างๆ ต้องตรวจสอบวันหมดอายุและจัดวางแยกตามประเภทอย่างเป็นระเบียบและมีระบบหมุนเวียนให้สะดวกต่อการหยิบใช้

3.6.2 จำแนกการจัดวางผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือให้เป็นระเบียบเรียบร้อย สะดวกต่อการใช้งานและให้บริการโดยไม่ก่อให้เกิดอันตราย

3.6.3 ติดฉลากบนผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือต่างๆ ให้ชัดเจน มีคำอธิบายวิธีการใช้ ข้อควรระวังและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้

3.6.4 มีเอกสารแจ้งให้ทราบถึงขั้นตอนการใช้งานผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือ

3.6.5 จัดให้มีการฝึกอบรมพนักงานเกี่ยวกับการใช้งานผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมืออย่างสม่ำเสมอ

3.6.6 อุปกรณ์เครื่องมือประเภทที่ต้องใช้ความร้อน ต้องมีนาฬิกาบอกเวลาการใช้งาน วิธีการใช้งานที่ชัดเจน มีเครื่องมือวัดอุณหภูมิและเครื่องตัดไฟอัตโนมัติในกรณีฉุกเฉิน

3.6.7 มีระบบป้องกันไฟฟ้าดูด ไฟฟ้ารั่วช็อต

3.6.8 มีอุปกรณ์ เครื่องมือดับเพลิงที่เพียงพอและอยู่ในสภาพพร้อมใช้งานได้ตลอดเวลา

3.6.9 พื้นที่นั่งรอเข้ารับบริการต้องสะอาด มั่นคง และแข็งแรง พื้นที่หรือจุดเสี่ยงต่ออันตรายหรืออุบัติเหตุต่างๆ ให้มีป้ายติดแจ้งให้เห็นชัดเจน

3.6.10 ต้องมีการคัดกรองสุขภาพหรือซักประวัติผู้รับบริการทุกครั้งก่อนให้บริการเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการแพ้เครื่องสำอางหรือเกิดอันตรายจากการใช้ผลิตภัณฑ์เครื่องมือ

3.6.11 มีชุดปฐมพยาบาลที่จำเป็น เช่น ลำลี ผ้าพันแผล พลาสเตอร์ แอลกอฮอล์ 70% กระเป๋าน้ำร้อน และยาสามัญประจำบ้าน แต่ไม่ควรมียาต้านเชื้อราหรือเชื้อแบคทีเรีย

3.7 ด้านสุขาภิบาลและสิ่งแวดล้อม

ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวยฯ พ.ศ. 2551 หมวดที่ 2 มาตรฐานของสถานที่ การบริการและผู้ให้บริการ ส่วนที่ 1 มาตรฐานกิจการสปาเพื่อสุขภาพให้มีการดำเนินการที่เกี่ยวข้องและต้องจัดการดูแลด้านสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การจัดแบ่งสัดส่วนการใช้พื้นที่อย่างชัดเจน จัดให้มีการระบายอากาศเพียงพอ มีการจัดการน้ำดื่ม น้ำใช้มีการจัดการของสิ่งปฏิกูล มูลฝอยและน้ำเสีย การจัดหาให้มีเครื่องสุขภัณฑ์ที่เพียงพอ เช่น ห้องอาบน้ำ ห้องส้วม อ่างล้างมือ ห้องผลัดเปลี่ยนเสื้อผ้า ตู้เก็บเสื้อผ้า รวมทั้งควบคุมแมลงและสัตว์พาหนะนำโรคอย่างถูกหลักสุขาภิบาล เป็นต้น

3.8 การจัดแบ่งสัดส่วนการใช้พื้นที่ของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

การจัดสรรพื้นที่ใช้สอยเป็นเรื่องสำคัญลำดับต้นๆ ของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ โดยเฉพาะเป็นการบริการที่มีประชาชนมาใช้บริการ ซึ่งต้องดำเนินการให้มีความสะอาดถูกสุขลักษณะตามหลักสุขาภิบาล และต้องไม่ละเลยเรื่องความปลอดภัย

3.8.1 การจัดแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

- มีการจัดพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารสำหรับการกำจัดของเสีย เช่น การบำบัดน้ำเสีย กำจัดมูลฝอย โดยแยกเป็นสัดส่วนชัดเจน

- มีการจัดพื้นที่สำหรับเป็นอาคารบริการและพื้นที่พักผ่อนหย่อนใจที่เหมาะสม

3.8.2 การจัดแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพแยกสัดส่วนชัดเจนระหว่างเขตสะอาดกับเขตปนเปื้อนตามหลักสุขาภิบาลให้สอดคล้องกับการจัดพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร

- เขตพื้นที่สะอาด เป็นบริเวณที่จัดไว้เป็นห้องหรือพื้นที่สำหรับให้บริการ รวมทั้งเป็นห้องสำหรับจัดเก็บผลิตภัณฑ์ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ต่างๆ

- เขตพื้นที่ปนเปื้อนควรมีความสอดคล้องกับการจัดแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร ซึ่งเป็นบริเวณที่จัดไว้สำหรับดำเนินการดังนี้

- เป็นพื้นที่ตั้งถังพักถุง หรือถังบรรจุมูลฝอยและผ้าเปื้อน

- อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ สำหรับกำจัดมูลฝอย ผ้าเปื้อนที่กำลังอยู่ในระหว่างการใช้งาน

- ห้องสุขา ห้องอาบน้ำที่ต้องแยกประเภท ชาย-หญิง ซึ่งนอกจากจะต้องอยู่ในบริเวณที่แบ่งพื้นที่ใช้สอยให้เป็นเขตปนเปื้อนแล้ว การจัดการภายในก็ต้องคำนึงถึงหลักสุขาภิบาล จัดให้มีแสงสว่าง และการระบายอากาศที่ดีไม่เป็นพื้นที่ก่อมลภาวะให้แก่สถานประกอบการเสียเอง

และต้องมีการรักษาความสะอาดทั้งของสถานที่และส่วนบุคคล โดยต้องจัดหาวัสดุอุปกรณ์เครื่องมือที่ต้องใช้สำหรับการล้างมือ ได้แก่ อ่างล้างมือ ผ้าหรือกระดาษเช็ดมือชนิดที่ใช้ 1 ผืน/ครั้ง สบู่ซึ่งจะเป็นชนิดก้อนหรือเหลวก็ได้ (ต้องใส่ในภาชนะที่สามารถระบายน้ำได้ดี)

3.9 การจัดการระบายอากาศ

โครงสร้างอาคารที่ก่อสร้างเป็นสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ จะต้องคำนึงถึงการระบายอากาศทั้งภายในและภายนอกอาคารให้มีการหมุนเวียนถ่ายเทได้ดี มีอากาศบริสุทธิ์ไหลผ่านและแทนที่ได้ตามหลักวิศวกรรมโครงสร้างอาคารสถานที่ ซึ่งกำหนดเบื้องต้นไว้ถึงการระบายอากาศที่ดีต้องมีการถ่ายเทอากาศบริสุทธิ์ได้ระหว่าง 6-12 รอบ/ชั่วโมง การถ่ายเทอากาศมีแนวทางที่นำมาปฏิบัติได้ดังนี้

3.9.1 การติดตั้งอุปกรณ์เครื่องระบายอากาศและเครื่องปรับอากาศในอาคารสถานที่ต้องอยู่ภายใต้การควบคุมดูแลของวิชาชีพเฉพาะหรือช่างผู้ชำนาญการ ซึ่งมีข้อสังเกต คือ ผู้ประกอบการต้องจัดให้มีระบบการบำรุงรักษาเครื่องปรับอากาศอย่างสม่ำเสมอ ระบบปรับอากาศแบบหน่วยกลาง (central air condition system)

- หลีกเลี่ยงการตั้งหอระบายอากาศความร้อน (cooling tower) ในบริเวณที่อาจพ่นละอองน้ำไปถูกผู้คนได้ ซึ่งต้องเหมาะสมกับทิศทางลมด้วย

- ไม่ติดช่องทำอากาศบริสุทธิ์ (fresh air grille) ใกล้บริเวณที่ตั้งหอระบายความร้อน (cooling tower)

- การทำความสะอาด ต้องดำเนินการอย่างสม่ำเสมอเดือนละครั้ง แต่ต้องพิจารณาด้วยว่า ปริมาณฝุ่นรวมทั้งชั่วโมงการใช้งานมากน้อยเพียงใด อาจดำเนินการล้างทำความสะอาดให้เร็วขึ้นได้ ทั้งนี้เพื่อสุขภาพของทั้งผู้ให้บริการและผู้รับบริการโดยควรดำเนินการ ดังนี้

(1) ถอดหน้ากากของช่องลม 2 ช่อง (ช่องปล่อยลมเย็นออกกับช่องรับลมย้อนกลับ) ซึ่งจะพบอยู่บนฝ้าเพดานภายในห้องมาล้างทำความสะอาดด้วยน้ำสะอาดและผงซักฟอก

(2) ถอดแผ่นกรอง (filter) ซึ่งจะอยู่ที่ช่องรับลมย้อนกลับออกมาฉีดล้างด้วยน้ำสะอาด โดยสังเกตว่าจะมีฝุ่นเกาะอยู่ด้านเดียวให้ฉีดล้างด้วยน้ำที่ด้านตรงข้ามเพื่อให้ฝุ่นหลุดออก

- ระบบปรับอากาศแบบแยกส่วน (split type) ต้องได้รับการบำรุงรักษาและดูแลทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ ดังนี้

(1) ถอดหน้ากากแอร์ออกล้าง ทำความสะอาดด้วยน้ำสะอาดและผงซักฟอก

(2) ถอนแผ่นกรอง (filter) ซึ่งอยู่ถัดเข้าไปจากหน้ากากแอร์ออกมาฉีดล้างด้วยน้ำสะอาด โดยสังเกตว่าต้องฉีดน้ำที่ด้านตรงข้ามกับที่ฝุ่นเกาะเพื่อให้ฝุ่นหลุดออกมา

(3) ในพื้นที่ที่เปิดโล่งไม่ตั้งวางอุปกรณ์เครื่องมือปิดกั้นช่องทางผ่านของลมธรรมชาติ

(4) ในอาคารหรือห้องที่ไม่มีระบบระบายอากาศ ควรเปิดหน้าต่างให้มีการถ่ายเทอากาศได้สะดวกหรือติดตั้งพัดลมระบายอากาศที่สามารถระบายอากาศได้เหมาะสมกับพื้นที่ห้องและมีการถ่ายเทอากาศบริสุทธิ์ได้ตามมาตรฐานที่กำหนด (ระหว่าง 6-12 รอบ / ชั่วโมง)

(5) ดูแลรักษาความสะอาด ช่องทางการระบายอากาศ รวมทั้งอุปกรณ์เครื่องมือสำหรับการหมุนเวียนอากาศให้อยู่ในสภาพที่ดีใช้งานได้

3.10 การจัดการของเสีย (มูลฝอย น้ำเสีย)

สำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพการดำเนินการเพื่อบริหารจัดการของเสียที่เกิดจากการให้บริการเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องให้ความสมใจ เนื่องจากทั้งพระราชบัญญัติควบคุมอาคาร พ.ศ.2522 หรือข้อกำหนดตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขว่าด้วย เรื่องการกำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวยฯ พ.ศ. 2551 นั้น ผู้ประกอบการจำเป็นต้องมีความรับผิดชอบต่อประชาชน ผู้รับบริการและต่อสังคมที่อาจได้รับผลกระทบ จึงควรมีการดำเนินการดังต่อไปนี้

3.10.1 การจัดการมูลฝอย

- การจัดให้มีอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้สำหรับจัดการมูลฝอย
- อุปกรณ์เครื่องใช้สำหรับเก็บรวบรวมมูลฝอย ได้แก่ ที่ตักผงแบบมีฝาปิด ไม้กวาดและไม้ดันฝุ่น
- ถุงรองรับมูลฝอย ใช้สำหรับสวมลงในถังมูลฝอย
- ถังสำหรับบรรจุหรือกักเก็บซึ่งต้องมีฝาปิดได้อย่างมิดชิด และควรเป็นฝาลักษณะเปิด-ปิด โดยการใช้เท้า
- วัสดุอื่นๆ ที่จำเป็นในกิจกรรมของการเก็บรวบรวมมูลฝอย เช่น เชือกไนล่อนสำหรับมัดผูกปากถุงเมื่อต้องการเก็บถุงมูลฝอย เป็นต้น
- อุปกรณ์ป้องกันร่างกายสำหรับผู้ปฏิบัติงาน ได้แก่ ถุงมือยางหนา ผ้ายางกันเปื้อน หมวกคลุมผม ผ้าปิดปาก-จมูก เป็นต้น

- มีการจัดการดูแลอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้สำหรับจัดการมูลฝอยให้มีจำนวนเพียงพอใช้และอยู่ในสภาพใช้งานได้ดี

- มีการคัดแยกมูลฝอยอย่างน้อยเป็น 4 ประเภทดังนี้

3.10.2 มูลฝอยอันตราย ได้แก่ มูลฝอยอันตรายชนิดไม่มีคม ได้แก่ ผลิตภัณฑ์ประเภทเครื่องสำอางที่เหลือใช้ สารเคมีหรือภาชนะบรรจุสารเคมี กระป๋องอัดสเปรย์ กล่องโฟม เป็นต้น มูลฝอยอันตรายชนิดมีคม ได้แก่ ใบมีดโกน เศษแก้วแตก วัสดุแหลมคม เป็นต้น ซึ่งต้องใช้ภาชนะบรรจุที่มีคุณสมบัติแข็งแรงทนทานต่อการแทงทะลุจากของมีคม

3.10.3 มูลฝอยมีมูลค่า (Recycle) ได้แก่ กระดาษ พลาสติก อลูมิเนียม เหล็ก ที่ใช้งานไม่ได้ต้องกำจัดทิ้ง เป็นต้น

3.10.4 มูลฝอยเศษอาหาร ได้แก่ เป็นมูลฝอยที่เหลือจากการรับประทานอาหาร รวมทั้งเมล็ดและเปลือกผลไม้

3.10.5 มูลฝอยทั่วไป ได้แก่ มูลฝอยอื่นๆ ที่ไม่เข้าพวกที่กล่าวแล้วข้างต้น เช่น ถุงพลาสติกใส่อาหาร เป็นต้น ต้องจัดให้มีบริเวณพื้นที่สำหรับพักเก็บชั่วคราว กรณีไม่สามารถกำจัดทิ้งได้ภายใน 1 วัน ซึ่งพื้นที่สำหรับพักเก็บต้องมิดชิด สามารถป้องกันสัตว์กัดแทะคุ้ยเขี่ยได้

3.10.6 ต้องมีการบริหารจัดการที่จำเป็นในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ

- ควรล้างทำความสะอาดภาชนะบรรจุมูลฝอยทุกวัน โดยใช้น้ำสะอาดและผงซักฟอก แล้วผึ่งแดดให้แห้งก่อนนำมาใช้อีกครั้ง

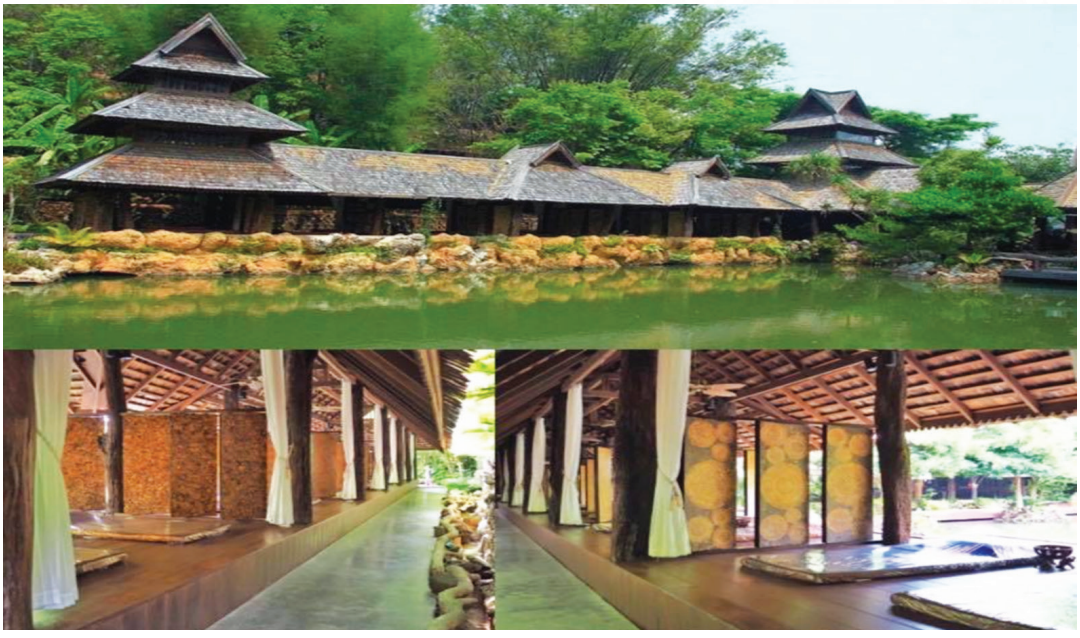
- ควรดูแลรักษาความสะอาดพื้นที่บริเวณพักเก็บมูลฝอยได้สะอาดทุกวัน และอยู่ในสภาพสมบูรณ์ พื้นผิวเรียบไม่ชำรุดเป็นหลุมขรุขระ มีน้ำขัง และไม่มีช่องทางให้สัตว์กัดแทะเข้ามาคุ้ยเขี่ยได้

- ประสานกับราชการส่วนท้องถิ่นในการกำจัดมูลฝอยของสถานประกอบการให้มีรอบของการกำจัดที่สม่ำเสมอทุกวัน

3.11 การบำบัดน้ำเสีย

ตามกฎกระทรวง ฉบับที่ 44 (พ.ศ. 2538) ออกตามความในพระราชบัญญัติควบคุมอาคาร พ.ศ. 2522 ระบุให้อาคารสถานบริการต้องจัดให้มีระบบบำบัดน้ำเสียที่มีประสิทธิภาพเพียงพอในการปรับปรุงน้ำเสียจากอาคารให้เป็นน้ำทิ้งที่มีคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนดไว้ก่อนที่จะระบายลงสู่แหล่งรองรับน้ำทิ้ง ซึ่งการกำจัดน้ำทิ้งจากอาคารจะดำเนินการ

ระบายลงสู่แหล่งรองรับน้ำทิ้งหรือระบายลงสู่พื้นดินโดยใช้วิธีผ่านบ่อหรือโดยวิธีอื่นใดที่เหมาะสมกับสภาพของอาคารนั้นก็ได้ แต่ต้องไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนรำคาญแก่ผู้อื่นหรือกระทบกระเทือนต่อการรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อม และควรตรวจสอบคุณภาพน้ำทิ้งก่อนระบายลงสู่แหล่งรองรับน้ำทิ้ง จะต้องดำเนินการอย่างสม่ำเสมอ โดยมีตัวชี้วัดคุณภาพที่สามารถยืนยันความปลอดภัยของน้ำทิ้ง จากสถานประกอบการจึงควรดำเนินการอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง



3.12 การจัดการน้ำดื่มน้ำใช้

ภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพจำเป็นต้องดูแลและจัดการให้มีน้ำดื่มน้ำใช้ที่สะอาดโดยคำนึงถึงข้อกำหนดของมาตรฐานน้ำสะอาดและปลอดภัยสำหรับบริการโดยต้องมีระบบการจัดการ ดังนี้

3.12.1 ผู้ประกอบการต้องเลือกแหล่งที่มาของน้ำที่นำมาใช้ เพื่อการอุปโภคและบริโภคในสถานประกอบการจากแหล่งผลิตที่มีมาตรฐานและระบบขนส่งที่สะอาดและปลอดภัยเป็นที่เชื่อถือได้ภายในประเทศ เช่น ได้รับการรับรองจากส่วนราชการที่รับผิดชอบ (อย.) เป็นต้น

3.12.2 บริเวณที่จัดให้เป็นพื้นที่บริการน้ำดื่ม ต้องตั้งอยู่ในบริเวณที่เป็นเขตสะอาด ไม่ปะปนหรืออยู่ใกล้บริเวณที่เป็นเขตปนเปื้อน

3.12.3 ป้องกันการปนเปื้อนจากระบบท่อส่งน้ำรั่วแตก (น้ำเสียซึมเข้าท่อน้ำสะอาด) โดย 1) เดินท่อให้แยกห่างจากกัน 2) ทาสีให้เห็นความแตกต่าง และ 3) ทำเครื่องหมายกำกับไว้ชัดเจน

3.12.4 ต้องจัดให้มีภาชนะที่สะอาด สำหรับรองรับน้ำเพื่อการดื่มกิน เช่น กระบอกพลาสติก แก้วน้ำ หรือกรวยกระดาษ เป็นต้น อย่างเพียงพอสำหรับการดื่มต่อคนต่อครั้งโดยไม่ให้มีการใช้ซ้ำ

ข้อแนะนำสำหรับการจัดน้ำดื่ม

1. จัดน้ำดื่มแบบขวดบริการสำหรับผู้รับบริการแต่ละคนตลอดเวลาที่อยู่ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ เมื่อดื่มน้ำหมดแล้วให้ทิ้งขวดน้ำไว้ในถังขยะที่จัดเตรียมไว้

2. อุณหภูมิของน้ำดื่มควรอยู่ที่ 40-80 องศาฟาเรนไฮต์ และดีที่สุดคือ 40-50 องศาฟาเรนไฮต์

3. ต้องควบคุมให้มีการล้างทำความสะอาดภาชนะบรรจุทั้งที่เป็นประเภทแบ่งบรรจุ ได้แก่ แกลลอนหรือขวด และภาชนะบรรจุที่ใช้ดื่ม ได้แก่ แก้วหรือกระบอกพลาสติก ซึ่งสามารถนำมาใช้ได้อีกนั้นให้มีความสะอาดอยู่เสมอ

4. การจัดหาให้มีเครื่องสุขภัณฑ์ที่เพียงพอ

ห้องอาบน้ำ ห้องส้วม อ่างล้างมือ ห้องผลัดเปลี่ยนเสื้อผ้าที่สะอาด ตู้เก็บเสื้อผ้าควรแยกส่วนชาย-หญิง มีการดูแลให้สะอาดถูกสุขลักษณะและปลอดภัย โดยเฉพาะห้องส้วมขึ้นอยู่กับจำนวนผู้ใช้งาน ซึ่งต้องเพียงพอสำหรับผู้ใช้และผู้ให้บริการ พิจารณาหลักการได้ดังนี้

4.1 จำนวนห้องส้วมที่เพียงพอให้บริการและแยกส่วนชาย – หญิง ไม่ใช้ปะปนกัน

จำนวนผู้ใช้งาน (คน)	จำนวนส้วม (อย่างน้อย)
1 - 9	1
10 – 24	2
25 – 49	3
50 – 74	4
75 – 100	5
มากกว่า 100 คน	เพิ่มขึ้น 1 ห้อง/ ทุก 50 คนที่เพิ่มขึ้น

4.2 มีขนาดพื้นที่กว้างขวางเพียงพอในการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น เช่น อ่างล้างมือ เป็นต้น

4.3 ห้องผลัดเปลี่ยนเสื้อผ้าที่สะอาด ตู้เก็บเสื้อผ้า ควรแยกส่วน ชาย – หญิง มีการดูแลที่สะอาดถูกสุขลักษณะและปลอดภัย

5. การควบคุมพาหะนำโรคอย่างถูกหลักสุขาภิบาล

การที่เราจะสามารถป้องกันและควบคุมแมลงและสัตว์นำโรคได้ถูกหลักสุขาภิบาลนั้น เราจำเป็นที่จะต้องศึกษาธรรมชาติและวิธีนำโรคของสัตว์ดังกล่าวเสียก่อนเพื่อหาวิธีควบคุมและแพร่พันธุ์แมลงและสัตว์นำโรค

5.1 การควบคุมแมลง

5.1.1 แมลงวัน

- โรคที่นำมาสู่คน ส่วนใหญ่เป็นโรคระบบทางเดินอาหาร
- วิธีควบคุมกำจัด
  - กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์
  - กำจัดตัวอ่อนและดักแด้
  - กำจัดตัวแก่
  - ป้องกันไม่ให้สามารถมาตอมอาหารได้

5.1.2 แมลงหวี่

- โรคที่นำมาสู่คน ได้แก่ เยื่อบุตาอักเสบ ริดสีดวงตา และคุดทะราด
- วิธีควบคุมกำจัด
  - กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์
  - กำจัดตัวอ่อนและดักแด้
  - กำจัดตัวแก่
  - ป้องกันไม่ให้มาตอมบาดแผลและลูกตา

5.1.3 แมลงสาบ

- โรคที่นำมาสู่คน คือ โรคระบบทางเดินอาหาร เช่น ไข้ไทฟอยด์
- วิธีควบคุมกำจัด
  - กำจัดแหล่งอาศัย
  - ทำลายรังไข่
  - กำจัดตัวแก่
  - ป้องกันไม่ให้ไต่ตอมอาหารและภาชนะใส่อาหาร

5.1.4 ยุง

- โรคที่นำมาสู่คน คือ โรคไข้เลือดออก โรคไข้สมองอักเสบ โรคเท้าช้าง โรคมาลาเรีย

- วิธีควบคุมกำจัด

- ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ไข่ และลูกน้ำ โดยใช้ทรายอะเบทใส่ในภาชนะกักเก็บน้ำเลี้ยงลูกน้ำ แมลงปอ และเลี้ยงปลา
- ทำลายยุง โดยใช้เครื่องดัก
- ป้องกันยุงกัด

5.2 การควบคุมสัตว์นำโรค

5.2.1 หนู

- โรคที่นำมาสู่คน ได้แก่ โรคพยาธิ โรคอาหารเป็นพิษ โรคเลปโตสไปโรซีสกาพโรค โรคไข้รากสาดใหญ่

- วิธีควบคุมกำจัด

- กำจัดแหล่งอาศัย
- กำจัดแหล่งอาหาร
- กำจัดตัวหนู ได้แก่ ใช้กับดัก ยาเบื่อ
- กำจัดหมัดหนู ได้แก่ กำจัดตัวหนู จัดที่อยู่อาศัย

สถานประกอบการเพื่อสุขภาพที่สามารถดำเนินการได้ตามแนวปฏิบัติดังกล่าวข้างต้น ก็จะสามารถป้องกันการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ประชาชนผู้รับบริการได้รับบริการที่ได้รับมาตรฐานปลอดภัยสูงสุด อีกทั้งไม่เกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมอีกด้วย

หมวดที่ 2
แนวทางมาตรฐานใหม่
เพื่อการควบคุมป้องกันโรคและการแพร่กระจายเชื้อ
ในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

แนวทางมาตรฐานใหม่เพื่อการควบคุมป้องกันโรคและการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

สถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ก่อให้เกิดการเรียนรู้และปรับตัวของผู้คนในการใช้ชีวิตและประกอบกิจกรรมทางสังคม ดังนั้น สำหรับผู้ประกอบการและพนักงานผู้ให้บริการในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ จึงต้องมีการเตรียมตัวที่จะใช้มาตรการป้องกันการติดเชื้อพื้นฐานเพื่อการปฏิบัติอย่างถูกต้องเหมาะสม ถูกสุขอนามัย และควบคุมการแพร่กระจายของเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพได้อย่างเหมาะสม ดังนี้

1. มาตรการควบคุมป้องกันโรค

1) พิจารณาจัดให้มีการเหลื่อมเวลาการให้บริการด้วยระบบจองคิวล่วงหน้าออนไลน์หรือโทรศัพท์ เพื่อลดความแออัดด้วยการลดเวลาในการทำกิจกรรมเท่าที่จำเป็น โดยกำหนดเวลาในการเข้าใช้บริการไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อคน และถือหลักหลีกเลี่ยงการติดต่อสัมผัสระหว่างกัน รวมทั้งงดเว้นการนั่งรอคิวภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ โดยให้บริการเฉพาะผู้ที่นัดล่วงหน้าเท่านั้น หากจำเป็นให้นั่งเว้นระยะห่างอย่างน้อย 1 เมตร และมีผู้ติดตามได้ไม่เกิน 1 คน ยกเว้นผู้ใช้บริการอายุต่ำกว่า 15 ปี

2) งดเว้นบริการที่มีความเสี่ยงสูงต่อการสัมผัสถูกสารคัดหลั่งหรือเลือด โดยเปิดให้บริการได้เฉพาะบริเวณผิวหนังใต้ลำคอลงไป

3) งดเว้นบริการที่ต้องใช้อุปกรณ์ร่วมกันที่ไม่สามารถทำความสะอาดทันทีหลังการใช้งานของลูกค้าแต่ละคนได้

4) อุปกรณ์ที่มีโอกาสสะสมเชื้อหรือทำความสะอาดยาก เช่น ฟองน้ำเช็ดหน้า ควรเปลี่ยนไปเป็นการใช้สำลีแทนและทิ้งทุกครั้งหลังใช้งาน

5) จัดให้มีการชำระเงินค่าบริการผ่านระบบออนไลน์ (e-Payment) หรือ QR Code ผ่านแอปพลิเคชัน หากชำระด้วยเงินสด ต้องไม่สัมผัสมือโดยตรง เช่น การมีถาดรับเงินหรือบัตรเครดิต โดยที่พนักงานรับเงินต้องสวมถุงมืออยู่ตลอดเวลา และต้องมีการล้างมือด้วยแอลกอฮอล์เจลบ่อยครั้ง

6) พนักงานทุกคน ต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าระหว่างให้บริการ โดยเฉพาะพนักงานที่อยู่ประจำเคาน์เตอร์ต่างๆ เช่น ประชาสัมพันธ์แคชเชียร์แผนกอื่นๆ ที่ให้บริการใกล้ชิดผู้ใช้บริการหรือผู้ให้บริการหรือแพทย์ต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าสวมถุงมือและ face shield ในขณะที่ให้บริการตามมาตรฐานสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ รวมทั้งไม่ตะโกนและลดการพูดคุยที่ไม่จำเป็นระหว่างให้บริการ ไม่เปิดหรือจับหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าล้างมือบ่อยครั้ง และไม่ควรสัมผัสผู้ใช้บริการ โดยรักษาระยะห่างระหว่างผู้ใช้บริการและพนักงานอย่างน้อย 1 เมตร

7) พนักงานทุกคน ต้องล้างมือด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล 70% ก่อนและหลังให้บริการ รวมทั้งก่อนหยิบจับของใช้ส่วนตัว

8) จัดให้มีบุคลากรของสถานประกอบการตรวจตรา ควบคุม และกำกับการปฏิบัติตามมาตรการควบคุมหลักอย่างเคร่งครัด เน้นลดการรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เช่น ร่วมวงสนทนาหลังเสร็จจากรับบริการ

9) พิจารณางดให้บริการ กรณีพบผู้ใช้บริการไม่สามารถปฏิบัติตามมาตรการป้องกันควบคุมโรค เช่น ไม่สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าหรือมีอาการป่วยจากการคัดกรองก่อนเข้าใช้บริการ

10) พิจารณาขยายเวลาการให้บริการ เพื่อรองรับการทำงานเหลื่อมเวลาของพนักงาน เพื่อลดโอกาสเสี่ยงในการแพร่โรค

11) จัดให้มีการสื่อสาร/ประชาสัมพันธ์สร้างความรู้ความเข้าใจและแนะนำแนวทางการปฏิบัติตามมาตรการป้องกัน ควบคุมโรค ผ่านสื่อประชาสัมพันธ์รูปแบบต่างๆ เช่น ป้ายประชาสัมพันธ์ การสื่อสารหน้าเคาน์เตอร์โดยพนักงานต้อนรับ พร้อมทั้งมีการอบรมพนักงาน เพื่อให้ผู้ใช้บริการและพนักงานปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

12) หากพบว่าผู้ปฏิบัติงานหรือผู้ใช้บริการภายในสถานประกอบการเป็นผู้ป่วยยืนยัน หรือมีข้อมูลบ่งชี้ว่าสถานประกอบการอาจเป็นจุดแพร่เชื้อได้ให้ผู้ประกอบการปิดสถานที่ตามคำสั่งของเจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่อพร้อมทั้งทำความสะอาดสถานที่ และดำเนินการตามประกาศของกรมสนับสนุนบริการสุขภาพหรือกรมควบคุมโรค

2. มาตรการทำความสะอาด

1) พนักงานทำความสะอาดต้องสวมเครื่องป้องกันอันตรายส่วนบุคคล ได้แก่ หมวกคลุมผม หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า Face Shield และถุงมือ

2) ให้ทำความสะอาดพื้นผิวสัมผัสของสถานที่และพื้นที่จุดสัมผัสร่วม เช่น ถาดใส่เงินทอน ที่จับหรือลูกบิดประตู ปุ่มกดลิฟท์ ราวจับ ราวบันได จุดบริการ โต๊ะ เคาน์เตอร์อุปกรณ์ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด เช่น แอลกอฮอล์ 70% หรือโซเดียมไฮโปคลอไรท์ 0.1% อย่างน้อยทุก 1 ชั่วโมง ให้คลุมเครื่องมือโต๊ะเตียงด้วยผ้าหรือพลาสติกที่เปลี่ยนได้ (กรณีพลาสติกเช็ดด้วยน้ำยาทำความสะอาด เช่น แอลกอฮอล์ 70% โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 0.1% ทุกครั้งหลังทำให้บริการเสร็จหรือหากเป็นผ้าคลุมให้เปลี่ยนทุกครั้งหลังเสร็จสิ้นการให้บริการ)

3) ให้ทำความสะอาดห้องสุขา โดยเน้นจุดที่เสี่ยงที่มีผู้สัมผัสมาก เช่น ที่จับสายชำระ โถปัสสาวะ ลูกบิด กลอนประตู ก๊อกน้ำ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด เช่น โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 0.1% แล้วล้างด้วยน้ำให้สะอาดอย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง

4) ทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศภายในสถานประกอบการอย่างสม่ำเสมอ

5) ห้ามรับประทานอาหารในพื้นที่ให้บริการ

6) ให้ถอดและทิ้งชุดและเครื่องมือป้องกันทุกอย่างอย่างถูกต้องและปลอดภัย

7) จัดจุดวางถังขยะชนิดมีฝาปิดเพื่อรวบรวมขยะต่างๆ ให้คัดแยกอุปกรณ์และขยะชีวภาพตามข้อบังคับของกรมอนามัย โดยมีภาชนะที่มีฝาปิดมิดชิด สำหรับใส่ของมีคม มัดปากถุงให้แน่นก่อนรวบรวมส่งกำจัดตามหลักสุขาภิบาลทุกวัน

3. แนวทางปฏิบัติสำหรับผู้รับบริการ

3.1 การเตรียมตัวก่อนใช้บริการ

3.1.1 หากผู้ใช้บริการมีอาการไข้ ไอ หอบเหนื่อย เป็นหวัด ให้งดการไปใช้บริการ

3.1.2 พิจารณาจองคิวล่วงหน้าด้วยระบบออนไลน์หรือโทรศัพท์ และควรเว้นช่วงที่มีผู้ใช้บริการจำนวนมาก เพื่อลดความแออัดรวมทั้งการชำระเงินค่าบริการผ่านระบบออนไลน์ (e-Payment) หรือ QR Code ผ่านแอปพลิเคชัน หากชำระด้วยเงินสดต้องไม่สัมผัสมือโดยตรง

3.1.3 ศึกษาคู่มือใช้งานและดาวน์โหลดแอปพลิเคชันที่สามารถใช้สแกน QR Code เพื่อเตรียมตัวเข้าใช้บริการ รวมทั้งก่อนออกจากคลินิกผ่านแอปพลิเคชัน “ไทยชนะ”

3.2 ระหว่างและหลังการใช้บริการ

3.2.1 การลงทะเบียนแอปพลิเคชันตามที่ทางราชการกำหนด ได้แก่ แอปพลิเคชัน “ไทยชนะ”

3.2.2 เปลี่ยนรองเท้าสะอาดหรือสวมถุงคลุมรองเท้าก่อนเข้าห้องให้บริการ

3.2.3 ควรตรวจสอบความสะอาดของสถานที่ เครื่องมือ เตียง โต๊ะและการจัดพื้นที่และที่นั่งก่อนใช้บริการเพื่อให้ใช้บริการได้อย่างปลอดภัย

3.2.4 ระหว่างรอคิวใช้บริการและชำระเงินให้เว้นระยะห่างตามจุดหรือสัญลักษณ์ที่สถานประกอบการกำหนด

3.2.5 ให้สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าอยู่ตลอดเวลาที่ใช้บริการ และล้างมือ

ด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล 70% บ่อยครั้ง รวมทั้งก่อนและหลังเข้าใช้บริการ

3.2.6 ลดการพูดคุยที่ไม่จำเป็นระหว่างใช้บริการและหากจำเป็น ควรพูดโดยใช้ระดับเสียงปกติไม่ควรตะโกนหรือเปิดหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าในขณะใช้บริการและเลี่ยงไอหรือจามใกล้ผู้อื่น หากมีการไอหรือจามให้ปิดปากและจมูกให้สนิท

3.2.7 ผู้ใช้บริการควรแจ้งหน่วยงานที่รับผิดชอบ หากพบว่าการให้บริการไม่เป็นไปตามมาตรการป้องกันควบคุมโรค ตามแนวทางประชาสัมพันธ์ของส่วนราชการที่เกี่ยวข้อง

3.2.8 ผู้ใช้บริการหากมีไข้ อาการป่วยระบบทางเดินหายใจเข้าได้กับเกณฑ์สอบสวนโรคโควิด 19 หลังรับบริการภายใน 14 วัน ให้รีบแจ้งแพทย์หรือสถานพยาบาล ทราบประวัติการใช้บริการ ณ สถานประกอบการด้วย

3.3 แนวทางปฏิบัติเพื่อสร้างสุขนิสัยที่ดีภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

นอกจากมาตรการควบคุมป้องกันโรคและแนวทางปฏิบัติที่เป็นมาตรฐานถูกต้องตามหลักวิชาการข้างต้นแล้ว ผู้ดำเนินการสถานประกอบการควรส่งเสริมการสร้างสุขนิสัยที่ดีให้กับทั้งพนักงาน ผู้ให้บริการ และผู้รับบริการภายในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ดังนี้

3.3.1 การส่งเสริมความถี่ในการล้างมือ รวมทั้งการจัดให้พนักงาน ลูกค้า และผู้ติดต่อมีสถานที่สำหรับล้างมือ หากไม่สามารถเตรียมสบู่และน้ำสะอาดสำหรับสถานที่นั้นได้ การล้างมือด้วยแอลกอฮอล์อย่างน้อย 60% สามารถทดแทนได้

3.3.2 ออกข้อบังคับให้พนักงานพักอยู่ที่บ้านหากมีอาการป่วยไข้

3.3.3 ควบคุมพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับระบบหายใจที่เหมาะสม รวมถึงการปิดปากเมื่อมีการไอและจาม

3.3.4 จัดหากระดาษชำระและถังขยะที่เหมาะสมให้กับผู้รับบริการและพื้นที่สาธารณะใกล้เคียงสถานประกอบการ

3.3.5 ผู้ประกอบกิจการควรสำรวจว่านโยบายและข้อปฏิบัติใดบ้างที่สามารถปฏิบัติตามได้ เช่น ความยืดหยุ่นในการทำงาน (เช่น การควบคุมระบบหมุนเวียนผลิตภัณฑ์ที่ใช้ในการให้บริการผ่านช่องทางที่ลดการสัมผัสบ่อย) และความยืดหยุ่นของชั่วโมงทำงาน (เช่น การเหลื่อมเวลาในการให้บริการ) เพื่อเพิ่มระยะห่างทางกายภาพระหว่างพนักงานกับพนักงาน พนักงานกับผู้รับบริการและพนักงานกับบุคคลอื่น ในกรณีที่ทางภาครัฐได้มีมาตรการในการเพิ่มระยะห่างทางกายภาพ (physical distancing)

3.3.6 ละเว้นหรืองดให้พนักงานใช้โทรศัพท์ของพนักงานผู้อื่น โต๊ะทำงานหรืออุปกรณ์เครื่องมือต่างๆ เท่าที่จะสามารถทำได้

3.3.7 การปฏิบัติงานของแม่บ้านตามปกติให้คงไว้ ทั้งนี้รวมถึงการทำความสะอาด

ประจำวัน และการทำความสะอาดพื้นผิว อุปกรณ์ และองค์ประกอบอื่นๆ ของสภาวะแวดล้อมในการทำงานไม่ให้เอื้อต่อการแพร่กระจายเชื้อ เมื่อมีการเลือกใช้สารเคมีสำหรับทำความสะอาด ผู้ประกอบการต้องคำนึงถึงมาตรฐาน EPA จึงต้องมีการเลือกใช้สารที่มีฉลากรับรองจาก EPA ที่รับรองเรื่องการกำจัดเชื้อไวรัส ซึ่งจะทำให้สามารถกำจัดเชื้อไวรัส SARS-CoV-2 ได้ตามคำแนะนำของฉลาก EPA ที่รับรองด้านการกำจัดไวรัส โดยทั่วไป นอกจากนี้ให้ปฏิบัติตามข้อปฏิบัติของทางโรงงานสำหรับผลิตภัณฑ์ด้านการควบคุมเชื้อโรคและทำความสะอาด (เช่น ความเข้มข้นของสารเคมี วิธีการใช้ และเวลาในการสัมผัส อุปกรณ์ป้องการป้องกัน ส่วนบุคคล (PPE) การพัฒนานโยบายและขั้นตอนสำหรับการตรวจวัดอย่างรวดเร็วและการแยกผู้ที่มีความเสี่ยงหรือสงสัยว่าจะติดเชื้อออกจากบุคคลอื่น

3.3.8 การตรวจวัดอย่างรวดเร็วและการแยกผู้ป่วยออกจากบุคคลอื่นของกลุ่มคนที่มีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อออกมาเป็นปัจจัยหลักในการป้องกันพนักงาน ผู้รับบริการ ผู้มาติดต่อและอื่นๆ ในสถานประกอบการให้ปลอดภัย

3.3.9 ผู้ประกอบกิจการควรประชาสัมพันธ์และให้ความรู้แก่พนักงานในการสังเกตตนเองสำหรับสัญญาณหรืออาการของ COVID-19 หากมีความเสี่ยงหรืออาการต้องสงสัยที่จะมีการติดเชื้อ

3.3.10 ผู้ประกอบกิจการควรมีกระบวนงานมาตรฐานสำหรับพนักงานในการรายงานข้อมูลต่อผู้ดำเนินการในกรณีที่มีอาการไข้ หรืออาการเข้าข่าย COVID-19

3.3.11 ผู้ประกอบกิจการควรเตรียมการเพื่อพัฒนานโยบายและขั้นตอนสำหรับการแยกบุคคลที่มีสัญญาณ และ/หรืออาการของโรค COVID-19 โดยทันที และอบรมบุคลากรทุกคนให้สามารถปฏิบัติตามการเปลี่ยนแปลงได้ รวมทั้งการจัดการในการเคลื่อนย้ายบุคคลที่มีโอกาสที่จะติดเชื้อไปอยู่ในพื้นที่ที่ห่างไกลจากพนักงานคนอื่น ลูกค้าและผู้มาติดต่ออื่นๆ ถึงแม้สถานประกอบการส่วนใหญ่จะไม่มีสถานที่เฉพาะสำหรับการแยกตัวออกมาโดยเฉพาะ การออกแบบพื้นที่โดยให้มีประตูปิดสามารถใช้ทดแทนห้องสำหรับกักกันตัวได้จนกว่าบุคคลผู้นั้นจะสามารถออกจากสถานประกอบการได้ (เช่น มีรถพยาบาลมารับ ฯลฯ)

3.3.12 ปฏิบัติตามขั้นตอนการจำกัดการแพร่กระจายของสารคัดหลั่งที่มาจากระบบทางเดินหายใจของบุคคลที่อาจมีการติดโรค COVID-19 โดยจัดหาหน้ากากให้หากสามารถทำได้และขอความร่วมมือให้บุคคลนั้นๆ ทำการสวมใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา และควรถูกแยกเก็บไว้อย่างเป็นสัดส่วน ควรเป็นหน้ากากที่มีความสามารถในการลดการแพร่กระจายของสารคัดหลั่งจากระบบทางเดินหายใจของแหล่งที่มาได้ (เช่น ปากหรือจมูกของผู้ติดเชื้อ)

3.3.13 หากเป็นไปได้ให้แยกบุคคลต้องสงสัยว่าจะเป็น COVID-19 ออกจากบุคคลที่ได้รับการรับรองแล้วว่าไม่มีการติดเชื้อ เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง

ให้มีการจัดการดังนี้ การคัดกรองโดยอุณหภูมิ หรือกิจกรรมการดูแลสุขภาพอื่นๆ ที่มีอยู่ และมีการจัดตั้งที่กั้นถาวร (เช่น ผนังห้อง/การแยกห้อง) หรือชั่วคราว (เช่น แผ่นพลาสติก) สำหรับในการตรวจวัดอาการในเบื้องต้น

3.3.14 จำกัดบุคคลที่สามารถเข้าไปยังพื้นที่กักกันตัวชั่วคราวภายในสถานประกอบการ

3.3.15 ป้องกันพนักงานที่มีการทำงานอย่างใกล้ชิด (เช่น ในระยะ 6 ฟุต) กับผู้ที่มีอาการป่วยหรือบุคคลที่มีการสัมผัสกับเครื่องมือที่ผู้ป่วยใช้เป็นเวลานาน เช่น อุปกรณ์บริการ หรืออุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล โดยพนักงานที่มีการทำกิจกรรมร่วมกับผู้ป่วยอย่างต่อเนื่อง หรือเป็นเวลานาน จะถูกจัดอยู่ในหมวดหมู่ตามคำแนะนำในส่วนถัดไปที่จะมีการบรรยายถึงการจัดระดับในสถานประกอบการเป็นแบบความเสี่ยงปานกลาง ความเสี่ยงสูง หรือความเสี่ยงสูงมาก การพัฒนา การปฏิบัติ และการสื่อสารเกี่ยวกับการยืดหยุ่นและการป้องกันในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

3.3.16 กำหนดมาตรการให้พนักงานที่ป่วยหยุดอยู่บ้านอย่างจริงจังและต่อเนื่องตามระยะเวลาที่กำหนด

3.3.17 ตรวจสอบอย่างถี่ถ้วนว่านโยบายการให้หยุดงานเมื่อป่วยนั้นยืนหยุ่นและมีมาตรฐานโดยมีข้อปฏิบัติสอดคล้องกับข้อแนะนำจากสาธารณสุข และพนักงานรับรู้ และเข้าใจนโยบายดังกล่าว

3.3.18 หารือกับบริษัทคู่ค้าที่จัดหาพนักงานจ้างเหมาหรือพนักงานชั่วคราวเกี่ยวกับการให้ความสำคัญในการหยุดงานเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและผลักดันให้มีการจัดทำนโยบายการหยุดงานแต่ยังได้รับการชดเชยการสูญเสียรายได้อย่างเหมาะสมกับขีดความสามารถของผู้ประกอบการ

3.3.19 ไม่จำเป็นต้องขอเอกสารใบรับรองแพทย์จากพนักงานในกรณีที่พนักงานลาป่วยที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจในการรับรองการเจ็บป่วยของพนักงาน ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ที่ทำงานทางการแพทย์ลดระยะเวลาในการต้องออกเอกสารเพื่อรักษาผู้ป่วยท่านอื่น

3.3.20 จัดให้มีนโยบายความยืดหยุ่นในที่ทำงานยังคงอยู่เพื่อให้พนักงานได้หยุดอยู่บ้านเพื่อดูแลสมาชิกในครอบครัวที่เจ็บป่วย ผู้ประกอบกิจการควรตระหนักว่าอาจมีพนักงานจำนวนมากที่มีความจำเป็นต้องหยุดงานอยู่ที่บ้านเพื่อดูแลบุตรที่ป่วยหรือสมาชิกในครอบครัวที่ป่วย

3.3.21 ตระหนักถึงการเป็นอยู่ของพนักงานในแง่ต่างๆ เช่น ค่าใช้จ่าย การบังคับหยุดงาน ความปลอดภัยด้านสุขภาพ และปัญหาอื่นๆ ที่อาจเกิดขึ้นในขณะที่มีการแพร่ระบาด โดยจัดเตรียมการฝึกอบรม การให้ความรู้ และเอกสารข้อมูลต่างๆ อย่างเพียงพอ และสามารถใช้งานได้จริงเกี่ยวกับการดำเนินธุรกิจ หน้าที่การปฏิบัติงาน และสุขภาพและความปลอดภัยของพนักงาน รวมทั้งข้อปฏิบัติด้านสุขอนามัยที่เหมาะสม และการควบคุมการแพร่เชื้อในสถานประกอบการ

การควบคุมทางด้านวิศวกรรม

การควบคุมทางวิศวกรรมจำเป็นต้องแยกระบบออกมาจากอันตรายที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยของพนักงานในสถานประกอบการเพื่อลดการแพร่กระจายเชื้ออย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด โดยไม่ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของบุคคล ได้แก่

1) ติดตั้งระบบกรองอากาศคุณภาพสูง

2) เพิ่มการระบายอากาศในสภาวะแวดล้อมโดยรอบการทำงาน

3) ติดตั้งอุปกรณ์กั้นที่มากขึ้น เช่น พลาสติกใสป้องกันละอองฝอยจากการพูดคุย ไอ หรือจาม

4) การควบคุมเชิงบริหาร การควบคุมเชิงบริหารต้องดำเนินไปด้วยความร่วมมือของทั้งพนักงานและผู้ประกอบการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการควบคุมเชิงบริหารคือ การเปลี่ยนแปลงในเชิงนโยบายของการปฏิบัติงานหรือขั้นตอนการดำเนินงานที่ลดหรือทำให้อันตรายที่จะเกิดขึ้นลดน้อยลง เช่น

4.1 ส่งเสริมให้พนักงานที่มีอาการป่วยหยุดงานอยู่ที่บ้าน

4.2 ลดการสัมผัสในการทำงานระหว่างพนักงาน คู่ค้า และลูกค้า โดยการเปลี่ยนจากการติดต่อแบบซึ่งหน้าเป็นการติดต่อผ่านทางระบบโทรคมนาคมแทน

4.3 สร้างทางเลือกในการมาทำงานที่มากขึ้น เช่น การสลับวันมาทำงานหรือการเพิ่มเติมกะการทำงาน เพื่อลดจำนวนพนักงานที่ต้องมาทำงานในช่วงเวลาเดียวกันให้ลดน้อยลง อนุญาตให้พนักงานสามารถอยู่ห่างจากพนักงานคนอื่นได้หากต้องมีการทำงานที่สถานประกอบการทุกวัน

4.4 ลดการเดินทางที่ไม่จำเป็นออก ในกรณีที่ต้องเดินทางไปในสถานที่ที่มีการแพร่กระจายของโรค

4.5 พัฒนาแผนการติดต่อสื่อสารฉุกเฉินรวมถึงการตอบคำถามที่พนักงานอาจมีความกังวลและการติดต่อสื่อสารบนระบบอินเทอร์เน็ตหากสามารถทำได้

4.6 จัดหาข้อมูลความรู้ ข่าวสาร การอบรมเรื่อง COVID-19 ปัจจัยเสี่ยงและการป้องกันที่เป็นปัจจุบันให้แก่พนักงาน (เช่น มารยาทในการไอหรือจาม และการใช้อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลอย่างเหมาะสม)

4.7 จัดฝึกอบรมพนักงานที่มีความจำเป็นจะต้องใช้ชุดป้องกันและอุปกรณ์ในการใช้งานใส่และถอดออกอย่างถูกต้อง ทั้งนี้รวมถึงการประเมินสถานการณ์ที่พนักงานต้องเผชิญและหน้าที่ที่มีความเสี่ยงในการปฏิบัติตนให้เหมาะสม เอกสารสำหรับการอบรมควรง่ายต่อการเข้าใจและมีภาษาที่พอเพียงแก่แรงงานทุกเชื้อชาติและทุกระดับในสถานประกอบการ

ข้อปฏิบัติในการทำงานอย่างปลอดภัย

ข้อปฏิบัติในการทำงานอย่างปลอดภัยเป็นหนึ่งในการควบคุมเชิงบริหารคือ การรวมข้อปฏิบัติสำหรับด้านความปลอดภัยและการปฏิบัติงานอย่างเหมาะสมเพื่อนำมาใช้ในการลดระยะเวลาความถี่หรือระดับที่จะเกิดการแพร่กระจายที่จะก่อให้เกิดอันตราย ตัวอย่างของข้อปฏิบัติในการทำงานอย่างปลอดภัย เช่น

1) จัดหาแหล่งที่มาของการส่งเสริมสุขลักษณะส่วนบุคคลและในสถานที่ทำงาน เช่น การจัดหากระดาษชำระ การหาถังขยะที่ไม่ต้องมีการสัมผัส สบู่ล้างมือ เจลแอลกอฮอล์ พนักงานควรล้างมือทุกครั้งที่มีการสัมผัสวัตถุใดๆ และหลังจากมีการถอดอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล

2) ล้างมือทุกครั้งก่อนรับประทานอาหารหลังจากสัมผัสพื้นผิวที่มีการสัมผัสบ่อยๆ รวมทั้งหลังการใช้ห้องน้ำ

3) ลดระยะใกล้ชิดระหว่างบุคคล เช่น งดการรับประทานอาหารร่วมกันหรือหากมีการรับประทานอาหารร่วมกัน ต้องมีช้อนกลางหรือมีช้อนภาชนะ อุปกรณ์รับประทานอาหารส่วนตัว รวมทั้งควรรับประทานอาหารปรุงสุกใหม่เสมอ

4) เมื่อกลับถึงบ้าน ควรเปลี่ยนเสื้อผ้า อาบน้ำ สระผมทันที

หมวดที่ 3

แนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเปิดกิจการ

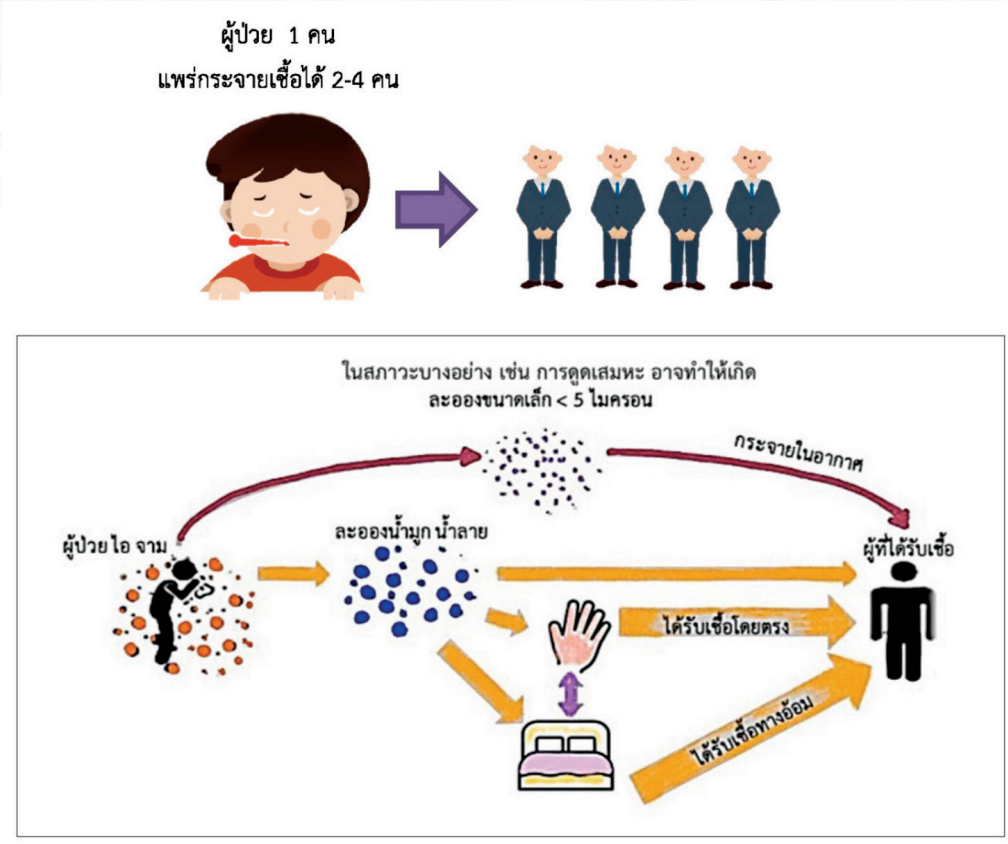
ในช่วงที่มีการระบาดของโรคโควิด 19 (COVID – 19)

โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด – 19 (COVID – 19)

โรคโควิด-19 (COVID-19) เกิดจากโคโรนาไวรัส เป็นไวรัสซึ่งอาจทำให้เกิดความเจ็บป่วยในสัตว์หรือมนุษย์ ในมนุษย์พบว่าทำให้เกิดการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจตั้งแต่โรคไข้หวัดธรรมดาไปจนถึงโรคที่รุนแรงมากขึ้น เช่น โรคระบบทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS) และโรคระบบทางเดินหายใจรุนแรง (SARS) และที่ค้นพบล่าสุดทำให้เกิดโรค COVID-19 ซึ่งอาการที่พบบ่อยที่สุดของโรค COVID-19 คือ มีไข้ ไอแห้งและเหนื่อยง่าย อาการอื่นที่พบได้น้อยและอาจส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยบางราย เช่น ปวดเมื่อย คัดจมูก ปวดหัว เยื่อบุตาอักเสบ เจ็บคอ ท้องเสีย และสูญเสียรสชาติหรือกลิ่นหรือผื่นบนผิวหนังหรือการเปลี่ยนสีของนิ้วมือหรือนิ้วเท้า อาการเหล่านี้มักจะไม่รุนแรงผู้ป่วยบางรายอาจไม่มีอาการแสดง คนส่วนใหญ่ (ประมาณ 80%) สามารถหายจากโรคโดยไม่ต้องรักษาในโรงพยาบาลประมาณ 1 ใน 5 คนที่ติดเชื้อ COVID-19 จะป่วยหนักและหายใจลำบาก ผู้สูงอายุและผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เช่น ความดันโลหิตสูง หัวใจ วัณโรค เบาหวาน และมะเร็งมีความเสี่ยงสูงต่อการเจ็บป่วยที่รุนแรง อย่างไรก็ตามทุกคนสามารถติดเชื้อ COVID-19 และสามารถป่วยหนักได้

การติดต่อและการแพร่กระจายของโรค

คนสามารถป่วยเป็นโรค COVID-19 จากคนที่มีเชื้อไวรัส ซึ่งแพร่กระจายจากคนสู่คนผ่านฝอยละอองทางจมูกหรือปากผ่านการไอ จาม เสมหะหรือสารคัดหลั่ง ฝอยละอองจะออกมาและตกลงสู่พื้นหรือลอยไปในอากาศ ผู้คนสามารถติดเชื้อ COVID-19 ถ้าหายใจเอาละอองเข้าไปในร่างกายนี่คือเหตุผลสำคัญที่จะต้องอยู่ห่างจากคนอื่นอย่างน้อย 1 เมตร เพราะฝอยละอองสามารถตกลงบนวัตถุและพื้นรอบๆ หรือผ่านการจับสัมผัสสิ่งที่ใช้ร่วมกัน เช่น เงิน โต๊ะ ลูกบิดประตู และราวจับ เพราะตัวเชื้อไวรัสสามารถอยู่บนพลาสติกใสและสแตนเลสได้นานถึง 72 ชั่วโมง และบนกระดาษแข็งได้นานถึง 4 ชั่วโมง ซึ่งคนสามารถติดเชื้อได้โดยการสัมผัสสิ่งดังกล่าวข้างต้นจากนั้นนำมือไปสัมผัสดวงตา จมูกหรือปาก จึงต้องล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่หรือแอลกอฮอล์ 70 % เป็นประจำเพื่อป้องกันโรคเข้าสู่ร่างกาย



ที่มา: กรมควบคุมโรค. (2563). รู้จักโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019. Available:https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/ind_knowledge.php

แนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเปิดกิจการสถานประกอบการ สปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม ในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)

จากการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด-19 เกิดการแพร่ระบาดอย่างหนักไปทั่วโลก เพื่อเป็นการแก้ไขสถานการณ์ฉุกเฉิน นายกรัฐมนตรีจึงออกข้อกำหนดและข้อปฏิบัติในพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. 2548 (ฉบับที่ 1) ตามข้อ ๒ (๒) การปิดสถานที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค ซึ่งรวมถึงสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. 2559 ทำให้สถานประกอบการเพื่อสุขภาพต้องปิดกิจการส่งผลให้ผู้ประกอบการ ผู้ดำเนินการและผู้ให้บริการได้รับผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจและสังคม ดังนั้น กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ตระหนักถึงผลกระทบดังกล่าวของการแพร่ระบาดของการติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด-19 จึงได้ออกแนวทางการดำเนินการและการบริหารจัดการสำหรับสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงามตามกฎหมายว่าด้วยสถานประกอบการเพื่อสุขภาพในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เพื่อให้สถานประกอบการสามารถเปิดบริการเมื่อได้รับอนุญาตให้เป็นไปอย่างมีมาตรฐาน ถูกต้องตามหลักวิชาการและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ได้อย่างมีประสิทธิผล ซึ่งจะเป็นการควบคุมการระบาดของโรค และการเพิ่มขึ้นของผู้ป่วยรายใหม่ได้ในวงกว้าง สนับสนุนการประคับประคองเศรษฐกิจของประเทศไทยให้สามารถฟื้นตัวและพัฒนาได้ต่อไป

องค์ประกอบของการจัดบริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

1. ผู้ประกอบการ มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

1.1 การจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์

1) จัดพื้นที่ต้อนรับผู้รับบริการให้เหมาะสม โดยให้มีระยะห่าง 1 เมตรระหว่างลูกค้าแต่ละท่านเพื่อความปลอดภัยและมีระบบการซักประวัติความเสี่ยง ควรจัดให้พื้นที่แยกออกจากส่วนปฏิบัติงานของพนักงาน โดยให้พนักงานต้อนรับ (cashier) สวมถุงมือ หน้ากากอนามัย และกระจังหน้า (Face shield) หรือแว่นตา เพื่อป้องกันการติดเชื้อ

2) จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย เช่น เครื่องวัดอุณหภูมิร่างกายแบบมือถือ (Hand-Held Thermometer) หรือเครื่องวัดอุณหภูมิอินฟราเรด เป็นต้น โดยกำหนดให้มีจุดคัดกรองอุณหภูมิร่างกายแก่ผู้รับบริการและพนักงานทุกคนในที่เหมาะสมก่อนเข้าสถานประกอบการ

3) จัดเตรียมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์หรือแอลกอฮอล์เจลอย่างน้อย 70% ล้างมือไว้ในบริเวณเคาน์เตอร์ เพื่อให้บริการแก่ผู้รับบริการและพนักงาน เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อระหว่างบุคคล

4) ให้ข้อมูลความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคกับผู้ใช้บริการ รวมทั้งพนักงานในร้าน เช่น โปสเตอร์ป้ายประกาศ แนะนำให้ล้างมือ และการสวมหน้ากากอนามัย

5) รักษามาตรฐานด้านสถานที่ ความปลอดภัย และการให้บริการให้เป็นไปตามที่ได้รับอนุญาต

6) ให้ผู้ให้บริการทุกคนสวมอุปกรณ์ป้องกันตนเองขณะปฏิบัติงาน ได้แก่ หน้ากากอนามัย และกระจังหน้า (Face shield) หรือแว่นตา เพื่อลดความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อและหมั่นล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก นอกจากนี้ควรรักษาร่างกายให้อบอุ่นอยู่เสมอนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ หากมีอาการป่วยให้หยุดงานและรีบไปโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้เคียงพร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสคลุกคลีกับผู้รับบริการให้เจ้าหน้าที่ทราบเพื่อรับการตรวจวินิจฉัยและรักษาต่อไป

7) ให้พนักงานต้อนรับระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ให้บริการ โดยเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการและพนักงานด้วยกันเองอย่างน้อย 1 เมตร

8) เก้าอี้นวด จัดให้ระยะอย่างน้อย 1.5 เมตร และการใช้บริการในห้องต่าง ๆ ให้จำกัดจำนวนคน 1 คนต่อห้อง เพื่อลดการแพร่กระจายเชื้อ

9) จัดสถานที่สำหรับเก็บเสื้อผ้า อุปกรณ์ของผู้รับบริการและอุปกรณ์สำหรับให้บริการให้มิดชิดเป็นสัดส่วน เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อ

10) ห้องให้บริการนวดต้องเป็น 1 คนต่อห้อง กรณีที่เป็นห้องรวมเตียงนวดหรือเบาะนวดต้องมีม่านกั้นเป็นสัดส่วนและเตียงนวดห่างกันอย่างน้อย 1.5 เมตร

11) จัดให้มีบริการชำระเงินที่ปลอดภัย เพื่อลดปริมาณการพูดคุย สัมผัส ระหว่างพนักงานของสถานประกอบการกับผู้รับบริการหรือ Online Payment

12) จัดการให้มีการระบายอากาศภายในสถานประกอบการที่ดี

13) ทำความสะอาดสถานประกอบการโดยภาพรวมก่อนการเปิดให้บริการ

2. ผู้รับบริการ มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

2.1 สวมหน้ากากอนามัยตลอดการใช้บริการ

2.2 ให้ความร่วมมือในการตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายและให้ประวัติก่อนใช้บริการ

2.3 ล้างมือก่อนใช้บริการและหลังใช้บริการด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์หรือแอลกอฮอล์เจล

2.4 ปฏิบัติตามคำแนะนำของสถานประกอบการอย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ

3. ผู้ดำเนินการ (กิจการสปา) / พนักงานต้อนรับ (กิจการนวดเพื่อสุขภาพ/นวดเพื่อเสริมความงาม) มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

3.1 สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพพื้นฐานและคัดกรองผู้รับบริการทุกรายตามแบบฟอร์มที่กำหนด เพื่อจัดบริการที่เหมาะสมแก่สุขภาพของผู้รับบริการ หากผู้รับบริการมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน 37.3 องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูกหรือเหนื่อยหอบ ให้แนะนำให้รีบไปพบแพทย์ และหากผู้รับบริการเข้าได้ตามเกณฑ์ของผู้ป่วย PUI ให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ที่สถานบริการตั้งอยู่ทันที

3.2 การต้อนรับเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการ และพนักงานด้วยกันอย่างน้อย 1 เมตร

3.3 ควบคุมดูแลการบริการ อุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือเครื่องใช้ต่าง ๆ ให้ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะ และใช้ได้อย่างปลอดภัย

3.4 คัดกรองพนักงานทุกคนก่อนเข้าสถานประกอบการทุกวันและบันทึกไว้เป็นหลักฐาน

4. ผู้ให้บริการ ต้องปฏิบัติตัว ดังนี้

4.1 ระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิดขณะปฏิบัติหน้าที่ ต้องสวมหน้ากากอนามัยและสวมกระจังหน้า (Face shield) หรือแว่นตาทุกครั้งที่ให้ผู้รับบริการล้างมือก่อนและหลังการให้บริการด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล โดยให้ผู้รับบริการมองเห็นด้วยทุกครั้ง ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก หากมีอาการป่วย ควรรีบไปพบแพทย์พร้อมแจ้งประวัติการสัมผัสผู้รับบริการ

4.2 หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน 37.3 องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูกหรือเหนื่อยหอบให้หยุดให้บริการและรีบไปพบแพทย์

4.3 ป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วยการสังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ควรแนะนำให้ผู้รับบริการสวมหน้ากากอนามัย และไปพบแพทย์ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง

4.4 ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว เป็นต้น

4.5 ผู้ให้บริการควรเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดปฏิบัติงานทุกครั้งก่อนการให้บริการ

4.6 งดการพูดคุยระหว่างการให้บริการ ยกเว้นกรณีที่จำเป็น

5. การทำความสะอาดเพื่อควบคุมการแพร่กระจายเชื้อ

5.1 พนักงานทำความสะอาด ต้องปฏิบัติตัว ดังนี้

1) พนักงานทำความสะอาด ต้องสวมเครื่องป้องกันส่วนบุคคล ได้แก่ หมวกคลุมผม หน้ากากอนามัย ถุงมือ สวมกระจังหน้า (Face shield) หรือแว่นตา และผ้ากันเปื้อน เป็นต้น

2) ทำความสะอาดหรือเปลี่ยนอุปกรณ์หรือสิ่งของที่ให้บริการอย่างถูกสุขลักษณะทุกครั้งหลังให้บริการต่อคนต่อครั้ง เช่น เก้าอี้นวดเท้า ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู ปลอกหมอน อ่างแช่ตัว ห้องอบสมุนไพร และห้องอบซาวน่า เป็นต้น โดยใช้สารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ 5.2

3) ทำความสะอาดบริเวณที่มีคนเดินผ่าน รวมถึงบริเวณที่มีคนสัมผัสร่วมกัน เช่น ลูกบิดประตู เคาน์เตอร์รับบริการ ราวบันได อ่างล้างมือ ห้องน้ำ โต๊ะ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องพักผ่อน รวมถึงอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการทำงานด้วยสารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ 5.2 ทุก 2 ชั่วโมง หรือทุกครั้งหลังมีผู้ใช้บริการ ไม่แนะนำให้พ่นยาฆ่าเชื้อ เนื่องจากการฉีดพ่นน้ำยาฆ่าเชื้อแบบละอองฝอย หากทำได้ไม่ถูกวิธี รวมถึงไม่มีการใส่อุปกรณ์ป้องกันตนเองจะก่อให้เกิดความเสี่ยงติดเชื้อแก่ผู้ทำความสะอาด

4) การเก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้ม้วนออกห่างจากตนเอง ไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย ซักล้างทำความสะอาดอุปกรณ์หรือสิ่งของภายในสถานประกอบการ เช่น ผ้าขนหนู ปลอกหมอน ผ้าปูเตียง เสื้อผ้า เป็นต้น อย่างถูกสุขลักษณะ โดยใช้สารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ 5.2

5) การจัดการขยะให้เก็บขยะปิดปากถุงโดยการม้วนออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ ควรมีการจัดการขยะ สิ่งปฏิกูลและน้ำเสียที่เหมาะสม เช่น ผ้าหรือกระดาษชำระที่ผ่านการใช้แล้ว อาจปนเปื้อนน้ำมูกน้ำลายของผู้รับบริการ เป็นต้น

ก่อนทิ้งขยะควรใส่ถุงปิดให้มิดชิดหรือทิ้งในถังขยะและล้างมือทำความสะอาดเพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค

6) ทำความสะอาดห้องสุขาและห้องอาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ กรณีห้องสุขารวมต้องทำความสะอาดทุก 1 ชั่วโมง

5.2 สารทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ

เนื่องจากเชื้อไวรัสสามารถอยู่บนพื้นผิวของวัตถุต่าง ๆ เป็นเวลา 1 - 3 วัน พื้นผิวที่อาจสัมผัสปนเปื้อนเชื้อทำความสะอาดห้องสุขา และห้องอาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ กรณีห้องสุขารวมต้องทำความสะอาดทุก 1 ชั่วโมง ไวรัสโคโรนา 2019 จึงต้องได้รับการความสะอาดและฆ่าเชื้อโดยใช้น้ำยาฆ่าเชื้อที่มีประสิทธิภาพในการทำลายเชื้อที่หาได้ง่ายตามท้องตลาด ดังนี้

1) น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้ โดยผสมในอัตราส่วนดังนี้

- พื้นผิวทั่วไป เช่น พื้นที่เตรียมอุปกรณ์ โต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 99 ส่วน (ความเข้มข้น 0.05% หรือเท่ากับ 500 ppm) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% (รายละเอียดตามภาคผนวก ข)
- พื้นผิวที่มีน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ สารคัดหลั่ง เช่น ห้องสุขา โถส้วม อ่างล้างมือ ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 9 ส่วน (ความเข้มข้น 0.5%) ราดทิ้งไว้อย่างน้อย 15 นาที
- เก้าอี้นวด และเบาะนวดหรือเตียงนวด การทำความสะอาดให้ใช้น้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น แอลกอฮอล์ 70% เช็ดทำความสะอาด

2) สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ สามารถใช้แอลกอฮอล์ 70% หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% ทำความสะอาดได้ (รายละเอียดตามภาคผนวก ข)

3) วัสดุที่เป็นผ้าที่อาจปนเปื้อนด้วยเชื้อ เช่น เสื้อผ้าของผู้รับบริการ ผ้าปูที่นอน ให้ทำความสะอาดโดยใช้น้ำที่อุณหภูมิสูงกว่า 70 องศาเซลเซียส หรือแช่ผ้าในผงซักฟอกที่เจือจาง ผงซักฟอก 1 ส่วน กับน้ำ 99 ส่วน แล้วแช่ทิ้งไว้เป็นเวลา 30 นาที ก่อนซักปกติ

5.3 ข้อควรระวัง

1) สารที่ใช้ฆ่าเชื้อส่วนใหญ่เป็นชนิดสารฟอกขาว ซึ่งอาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เนื้อเยื่ออ่อนควรระวังไม่ให้เข้าตาหรือสัมผัสโดยตรง

2) ไม่ควรผสมน้ำยาฟอกขาวกับสารทำความสะอาดอื่นๆ ที่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย

3) หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

4) เพื่อให้สารทำความสะอาดมีประสิทธิภาพสูงสุดในการทำความสะอาดควรเตรียมก่อนการใช้งาน

5) ไม่ควรนำถุงมือไปใช้ในการทำกิจกรรมประเภทอื่นๆ นอกจากการทำความสะอาดเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค

6) หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำความสะอาด

6. แนวทางการคัดกรองและการรายงานผู้ป่วยเข้าเกณฑ์การสอบสวนโรคโควิด 19

บรรณานุกรม

กรมควบคุมโรค. (2551). การล้างมือ 7 ขั้นตอน (สติ๊กเกอร์) นนทบุรี. สำนักโรคติดต่ออุบัติเหตุใหม่ กระทรวงสาธารณสุข.

กรมควบคุมโรค. (2552) หลักระบาดวิทยา นนทบุรี. สำนักระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข.

กรมควบคุมโรค. (2563). คู่มือการปฏิบัติตามมาตรการผ่อนปรนกิจการและกิจกรรม เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 สำหรับประเภทกิจการและกิจกรรม กลุ่มที่ 2. นนทบุรี. ศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019. กระทรวงสาธารณสุข.

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2557). แนวปฏิบัติการป้องกันการติดเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ. นนทบุรี. สำนักสถานพยาบาลและการประกอบโรคศิลปะ กระทรวงสาธารณสุข.

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2551). ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวย มาตรฐานของสถานที่ การบริการ ผู้ให้บริการ หลักเกณฑ์และวิธีการตรวจสอบเพื่อการรับรองให้เป็นไปตามมาตรฐานสำหรับสถานที่เพื่อสุขภาพหรือเพื่อเสริมสวยตามพระราชบัญญัติสถานบริการ พ.ศ. 2509 พ.ศ. 2551. นนทบุรี. สำนักสถานพยาบาลและการประกอบโรคศิลปะ กระทรวงสาธารณสุข.

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. (2563). แนวทางการเตรียมความพร้อมเพื่อเปิดกิจการสถานประกอบการสปานวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19). นนทบุรี. กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ. กระทรวงสาธารณสุข.

กรมอนามัย. (2563). ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่องหลักเกณฑ์ วิธีการ และมาตรการการป้องกันความเสี่ยงจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID –19)) สำหรับสถานประกอบกิจการ.

วรรษมน จันทรเบญจกุล (2563). การป้องกัน การติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019. ศูนย์โรคอุบัติใหม่ด้านคลินิก โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

Asia Pacific Spa & Wellness Coalition. (2020). Recommended Hygiene Standards for the Spa & Wellness Industry in a Post COVID-19 World. Retrieve from https://www.apswc.org/2020.

Brown. Jay A.(2008). Haz-Map: A useful tool for SH&E professionals. USA.

Brown. Jay A.(2014). Information od Hazardous Chemicals and Occupational Disease. USA. U.S. National Liberry of Medicines.Retrieved 5 Oct. 2014 From http://hazmap.nim.nih.gow/occupational- disease.

CDC. (2003).Guidelines for Enuironmerntal Infection Control in Health – Care Faclities USA.

Health Protection Agency.(2004). Management of Spa Pools : Controlling The Risks of Infection. London.

Legionella (Legionnaiers' Disease and Pontiac Fever). (2013). (On – line) Available: http://www.cdc.gov/legionella/about/index.html.

Leginoella. (2014),(On-line). Available: http://en.wikipedia.org/wiki/Legionella.

Reopening Standards & Toolkits.(2020). Retrieve from https://globalwellnessinstitute.org/positivelywell/reopening-standards-toolkits/.

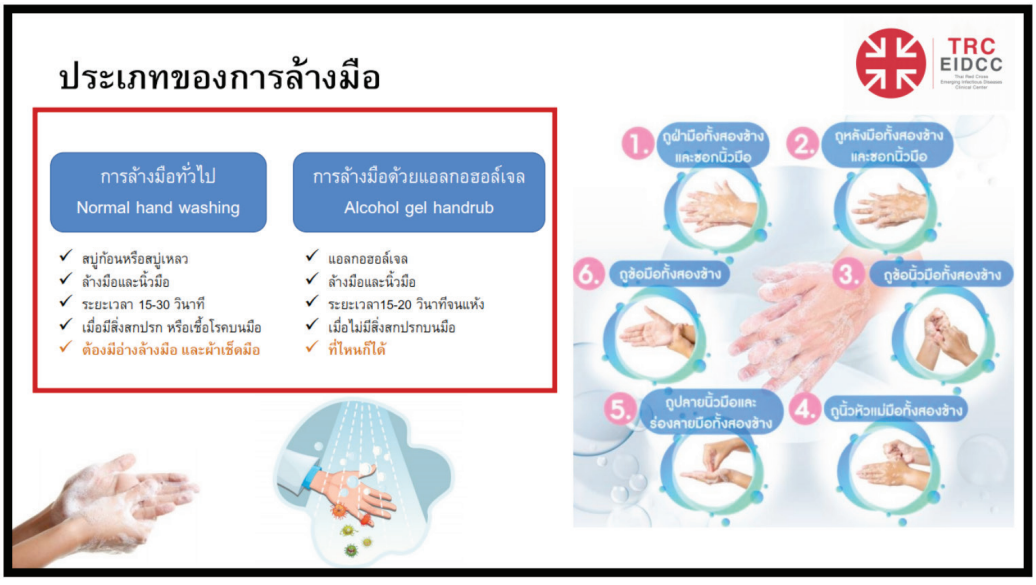
WHO. (2020). coronaviruses (COVID-19) (On-line). Available: https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/

Spa Sanitation& Hygiene Standards.(2020).Retrieve from https://experienceispa.com/images/pdfs/Spa_Sanitation_Hygiene_Standards.pdf.

The ASEAN Secretariat. ASEAN Spa Services Standard. (2016). Retrieve from https://www.asean.org/wp-content/uploads/2012/05/ASEAN-Spa-Services-Standard-1.pdf.

ภาคผนวก ก

ภาคผนวก ก
การปฏิบัติตนเพื่อป้องกันและควบคุมการติดเชื้อ
คำแนะนำการล้างมือที่ถูกวิธี



ชนิดของหน้ากากอนามัย

	หน้ากากผ้า	หน้ากากอนามัย	หน้ากาก N95	หน้ากาก N95 และมีวาล์ว
ขนาดของสิ่งที่กรอง	> 10 ไมครอน ขึ้นกับชนิดของผ้า	> 5 ไมครอน	0.3 ไมครอน กรองได้ 95%	0.3 ไมครอน กรองได้ 95%
การใช้งาน	หลายครั้ง	ครั้งเดียว	ครั้งเดียว อาจใช้ได้ 2-5 ครั้ง ขึ้นกับการใช้งาน	ครั้งเดียว อาจใช้ได้ 2-5 ครั้ง ขึ้นกับการใช้งาน
ราคา	หลักหน่วย-สิบ	หลักหน่วย-สิบ	หลักสิบ-ร้อย	หลักร้อย
แนะนำสำหรับ	ผู้ที่ไม่ป่วย ต้องซักบ่อยๆ	ผู้ป่วย และผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการรับเชื้อ	บุคคลากรทางการแพทย์	บุคคลากรทางการแพทย์

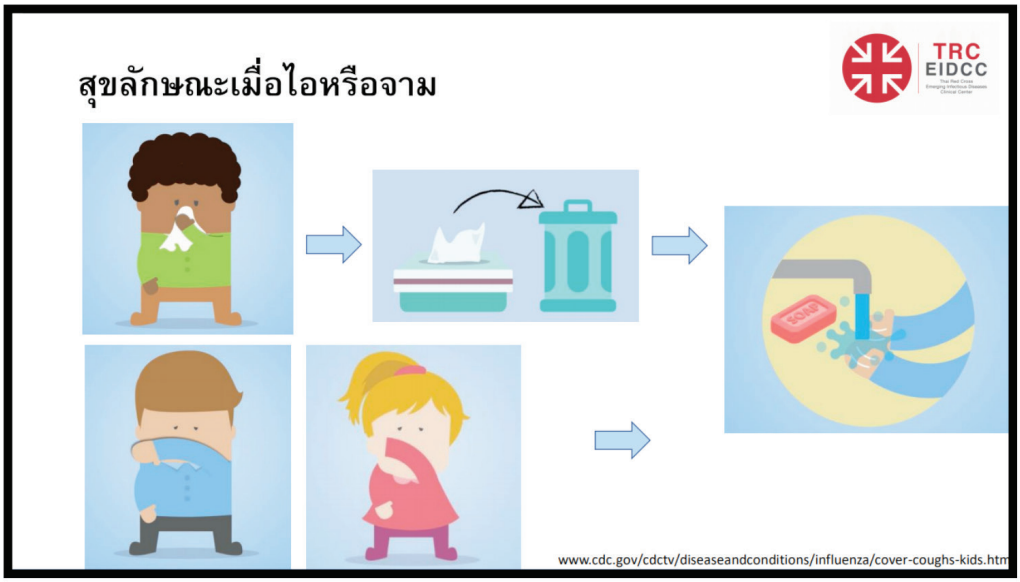
คุณสมบัติของหน้ากากอนามัย

1. กันน้ำ
2. กรองอนุภาคและแบคทีเรียขนาดเล็กได้
3. สามารถหายใจผ่านได้

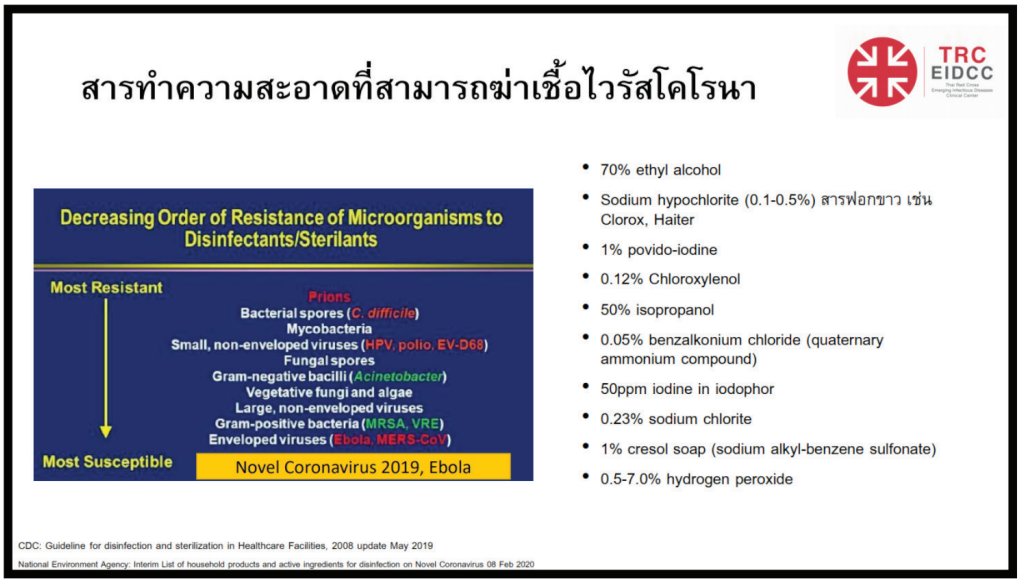
วิธีใส่หน้ากากอนามัยให้ถูกต้อง

วิธีใส่หน้ากาก N 95 ให้ถูกต้อง

สุขลักษณะเมื่อไอหรือจาม



สารทำความสะอาดที่สามารถฆ่าเชื้อไวรัสโคโรนา



คำแนะนำสำหรับการป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019

คำแนะนำสำหรับการลดการแพร่กระขายเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019

ภาคผนวก ข
แบบประเมินตนเองสำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
DEPARTMENT OF HEALTH SERVICE SUPPORT

แบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ของสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ ในการป้องกันและควบคุมการระบาดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)

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

แบบประเมินนี้สถานประกอบการต้องผ่านตามหลักเกณฑ์ครบทุกข้อเพื่อพิจารณาอนุญาตเปิดสถานประกอบการ หากไม่ปฏิบัติตามจะถูกพิจารณาปิดสถานประกอบการ

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
1. ด้านผู้ประกอบการ				
1.1	จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย เช่น เครื่องวัดอุณหภูมิร่างกายแบบมือถือหรือแบบอินฟาเรด			
1.2	กำหนดให้มีจุดคัดกรองอุณหภูมิร่างกายแก่ผู้รับบริการและพนักงานทุกคนในบริเวณที่เหมาะสมก่อนเข้าสถานประกอบการ			
1.3	จัดเตรียมหน้ากากอนามัยเพื่อให้ผู้มารับบริการและพนักงาน			
1.4	จัดเตรียมแอลกอฮอล์อย่างน้อย 70% (น้ำหรือเจล) พร้อมใช้สำหรับล้างมือเพื่อให้ผู้มารับบริการและพนักงาน			
1.5	จัดพื้นที่ต้อนรับผู้รับบริการให้เหมาะสม โดยให้มีระยะห่าง 1 เมตรระหว่างลูกค้าแต่ละท่าน เพื่อความปลอดภัยและมีการซักประวัติ โดยแยกออกจากส่วนการปฏิบัติงานของพนักงาน			
1.6	ห้องให้บริการนวดต้องเป็น 1 คนต่อห้อง			
1.7	กรณีที่เป็นห้องรวม เตียงนวดหรือเบาะนวด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร และต้องมีม่านกั้นเป็นสัดส่วน			
1.8	เก้าอี้นวด ต้องเว้นระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร			
1.9	จัดสถานที่สำหรับเก็บเสื้อผ้า อุปกรณ์ของผู้รับบริการและอุปกรณ์ของสำหรับให้บริการให้มิดชิด เป็นสัดส่วน เพื่อป้องกันการปนเปื้อนเชื้อ			

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
1.10	จัดให้มีบริการชำระเงินที่ปลอดภัย เพื่อลดปริมาณการพูดคุย สัมผัส ระหว่างพนักงานของสถานประกอบการกับผู้รับบริการ หรือ Online Payment			
1.11	จัดการให้มีการระบายอากาศภายในสถานประกอบการที่ดี			
1.12	ทำความสะอาดสถานประกอบการโดยภาพรวมก่อนการเปิดให้บริการ			
2. ด้านผู้รับบริการ				
2.1	สวมหน้ากากอนามัยตลอดการใช้บริการ			
2.2	ตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนใช้บริการ			
2.3	ล้างมือก่อนใช้บริการ และหลังใช้บริการด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์ หรือแอลกอฮอล์เจล			
2.4	ปฏิบัติตามคำแนะนำของสถานประกอบการอย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ			
3. ด้านผู้ดำเนินการ (กิจการสปา) / พนักงานต้อนรับ (กิจการนวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม)				
3.1	สวมหน้ากากอนามัยทุกราย			
3.2	สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพพื้นฐานและคัดกรองผู้รับบริการทุกรายตามแบบฟอร์มที่กำหนด			
3.3	การต้อนรับเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการและพนักงานด้วยกันอย่างน้อย 1 เมตร			
3.4	ควบคุมการทำความสะอาดอุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์และเครื่องมือเครื่องใช้ต่าง ๆ หลังให้บริการ			
3.5	คัดกรองพนักงานทุกคนก่อนเข้าสถานประกอบการทุกวันและบันทึกไว้เป็นหลักฐาน			
4. ด้านผู้ให้บริการ				
4.1	สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งที่ให้บริการ และสวมกระจังหน้า (Face shield) หรือแว่นตา			
4.2	หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน 37.3 องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดให้บริการและรีบไปพบแพทย์			
4.3	ป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วยการสังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ			
4.4	ล้างมือก่อนและหลังการให้บริการด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมือ			
4.5	ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว เป็นต้น			
2.5	งดการพูดคุยระหว่างการให้บริการ ยกเว้นกรณีที่จำเป็น			
5. ด้านพนักงานทำความสะอาด				
5.1	สวมอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล ได้แก่			
	5.1.1 หมวกคลุมผม			
	5.1.2 หน้ากากอนามัย			
	5.1.3 ถุงมือ			

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
5. ด้านพนักงานทำความสะอาด (ต่อ)				
	5.1.4 กระจังหน้า (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	การจัดการขยะให้เก็บขยะปิดปากถุงโดยการม้วนออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ			
5.6	การเก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้ม้วนออกห่างจากตนเอง ไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย			
5.7	ต้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ปลอกหมอน ของผู้รับบริการหลังให้บริการ 1 คนต่อครั้ง			
5.8	ใช้สารทำความสะอาด ดังนี้			
	5.8.1 น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้ โดยผสมในอัตราส่วน ดังนี้ - พื้นผิวทั่วไป เช่น พื้นที่เตรียมอุปกรณ์ โต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น ใช้น้ำยาฟอกขาวเจือจาง 1 ส่วนในน้ำ 99 ส่วน (ความเข้มข้น 0.05% หรือเท่ากับ 500 ppm) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 0.5% - พื้นผิวห้องสุขา โถส้วม อ่างล้างมือ หรือพื้นผิวที่มีน้ำมูก 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.....

ภาคผนวก ค
ขั้นตอนการปฏิบัติในการเปิดกิจการสถานประกอบการสปา ในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
❑ ลงทะเบียน ❑ ซักประวัติผู้รับบริการ ❑ สื่อสารข้อปฏิบัติของผู้รับบริการ	- ลงทะเบียน ตรวจวัดอุณหภูมิ และซักประวัติเพื่อคัดกรองความเสี่ยงของผู้รับบริการ - แนะนำให้ผู้รับบริการสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา และเว้นระยะห่างจากผู้อื่นอย่างน้อย 1 เมตร - แจกหน้ากากอนามัยในกรณีที่ผู้รับบริการไม่ได้ใส่มา	- แอลกอฮอล์เจล - หน้ากากอนามัย - ถุงมือ - Face shield หรือแว่นตา	พนักงานต้อนรับ
❑ จัดทำทะเบียนประวัติผู้รับบริการทุกราย ❑ ควบคุมการบริการ อุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ให้ได้มาตรฐาน ถูกสุขลักษณะ และใช้ได้อย่างปลอดภัย	- สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพและคัดกรองผู้รับบริการทุกรายตามแบบฟอร์มที่กำหนด หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน 37.3 องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบให้งดการให้บริการ และแนะนำให้ไปพบแพทย์ - ตรวจสอบอุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน - เก้าอี้นวด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร - ห้องให้บริการนวดต้องเป็น 1 คนต่อห้อง กรณีที่เป็นห้องรวม เตียงนวดหรือเบาะนวด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย 1.5 เมตร และต้องมีม่านกั้นเป็นสัดส่วน - คัดกรองผู้ให้บริการก่อนเข้าทำงาน เพิ่มความตระหนักแก่ผู้ให้บริการในการป้องกันตนเอง	- หน้ากากอนามัย - ถุงมือ - Face shield	ผู้ดำเนินการสปา
❑ การให้บริการต่าง ๆ	- ล้างมือทุกครั้งก่อนและหลังการให้บริการด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล - สังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดให้บริการและแนะนำให้ไปพบแพทย์ - ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว - แต่งกายให้รัดกุม เรียบร้อย เหมาะสมต่อการปฏิบัติงาน	- หน้ากากอนามัย - Face shield	ผู้ให้บริการ

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
❑ การทำความสะอาดสถานประกอบการ	- ทำความสะอาดสิ่งของที่ต้องใช้ในการให้บริการต่อคนต่อครั้ง - สวมอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล - เก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้ม้วนออกห่างจากตนเองไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย - ต้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ปลอกหมอน หลังให้บริการ 1 คนต่อครั้ง - เก็บขยะปิดปากถุงโดยการม้วนออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ - ทำความสะอาดห้องสุขา และห้องอาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ	- หน้ากากอนามัย - หมวกคลุมผม - ถุงมือ - Face shield หรือแว่นตา - ผ้ากันเปื้อน	พนักงานทำความสะอาด

ภาคผนวก ง
ตัวอย่างสารทำความสะอาด น้ำยาฆ่าเชื้อ และวิธีใช้

1. โซเดียมไฮโปคลอไรท์[1, 2, 3] ความเข้มข้นที่แนะนำคือ 0.1% (1000 ppm)

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 1000 ppm
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว (ขวดสีฟ้า) ขนาดบรรจุ 250 มล./ 600 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 600 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว (ขวดสีฟ้า) ขนาด 1,500 มล./ 2,500 มล. 1 ฝา = 20 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 600 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว ผสมน้ำหอม (ขวดชมพู) ขนาดบรรจุ 250 มิลลิลิตร / 600 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 600 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว ผสมน้ำหอม (ขวดชมพู) ขนาด 1,500 มล./ 2,500 มล. 1 ฝา = 20 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 600 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำสะอาด 1 ลิตร
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว กลิ่นเฟรช (ขวดเหลือง) ขนาดบรรจุ 250 มล./ 600 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 600 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 1000 ppm
ไฮเตอร์ ซักผ้าขาว กลิ่นเฟรช (ขวดเหลือง) ขนาด 1,500 มล./ 2,500 มล. 1 ฝา = 20 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 600 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร
ไฮยีน ซักผ้าขาว ขนาดบรรจุ 250 มิลลิลิตร / 600 มิลลิลิตร		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 15 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 150 มิลลิลิตร ได้ความเข้มข้น 6,000 ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 15 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร
ไฮยีน ซักผ้าขาว กลิ่นไวท์ฟลอรัล		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 6%	ผสมผลิตภัณฑ์ 15 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 150 มิลลิลิตร ได้ความเข้มข้น 6,000 ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 18 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร
มาร์วิน ผลิตภัณฑ์ซักผ้าขาว		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 5.2%	ผสมผลิตภัณฑ์ 20 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร ได้ความเข้มข้น 1,040 ppm ซึ่งใกล้เคียงกับความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมตามคำแนะนำในฉลาก
คลอร็อกซ์ เร็กกูลาร์ บลีช		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 5.7%	ผสมผลิตภัณฑ์ 180 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 4 ลิตร ได้ความเข้มข้น 2,565 ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 18 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้น 1000 ppm
โปรแมกซ์ กลิ่นพิงค์ พาวเวอร์		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 3%	- ฉีดบริเวณที่ต้องการทำความสะอาด ทิ้งไว้ 20 นาที เช็ดหรือล้างออกด้วยน้ำสะอาด - ความเข้มข้น 30000 ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 33.5 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร
โปรแมกซ์ กลิ่นแอคทีฟบลู		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ 3%	- ฉีดบริเวณที่ต้องการทำความสะอาด ทิ้งไว้ 20 นาที เช็ดหรือล้างออกด้วยน้ำสะอาด - ความเข้มข้น 30000 ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 33.5 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร

2. ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ความเข้มข้นที่แนะนำ 0.5%[1, 2] (5,000 ppm)

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	คำแนะนำ ให้ได้ความเข้มข้นประมาณ 5000 ppm
ไฮเตอร์ คัลเลอร์ ชนิดน้ำ กลิ่นสวีท ฟลอรัล ขนาด 500 มล.		ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 5%	ผสมผลิตภัณฑ์ 80 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 2,000 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 200 มิลลิลิตร (5 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร
ไฮเตอร์ คัลเลอร์ ชนิดน้ำ กลิ่นโรซี่ พิงก์ ขนาด 1000 มล.		ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 5%	ผสมผลิตภัณฑ์ 80 มิลลิลิตร (2 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร ได้ความเข้มข้น 2,000 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 200 มิลลิลิตร (5 ฝา) ต่อน้ำ 2 ลิตร
ไฮเตอร์ คัลเลอร์ ฆ่าเชื้อแบคทีเรีย และขจัดกลิ่น พลัส ชนิดน้ำ ขนาด 1000 มล.		ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 3%	ผสมผลิตภัณฑ์ 40 มิลลิลิตร (1 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร ได้ความเข้มข้น 1,200 ppm ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 200 มล. (5 ฝา) ต่อน้ำ 1 ลิตร
แวนิช ชนิดน้ำ ขนาด 500 มล		ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 3%	ผสมผลิตภัณฑ์ 40 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 3 ลิตร ได้ความเข้มข้น 400 ซึ่งน้อยกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ 200 มิลลิลิตร ต่อน้ำ 1 ลิตร
ไฮโดรเย่น เพอร์อ๊อกไซด์		ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ 3% ไฮโดรเจน	-	ผสมผลิตภัณฑ์ 1 ส่วน ต่อน้ำสะอาด 5 ส่วน หรือผสมผลิตภัณฑ์ 200 มล. ต่อน้ำ 1 ลิตร

[1] https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2590088920300081?token=4885AD-16624C397E3897A8750C7EF37424838863D6CFEB0D2751114D8307F944E546476D-A1DF295BE1845A05CBE60763

[2] National 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

[3] European Center for Disease Prevention and Control,2020 Interim guidance for Environmental Cleaning for non-health care facilities exposed to SARS-COV-2

รูปภาพประกอบจาก : บิ๊กซีช้อปปิ้งออนไลน์, เจดี เซ็นทรัล, Shopee, Tops

ภาคผนวก จ
วิธีการล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องมือ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อในสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

ลำดับ	อุปกรณ์ เครื่องมือ	ขั้นตอนปฏิบัติ	ข้อควรระวัง/หมายเหตุ
1.	ภาชนะแบ่งใส่ผลิตภัณฑ์ เครื่องสำอาง ได้แก่ กะลามะพร้าว พลาสติกแก้ว เซรามิก เป็นต้น	- ล้างและทำความสะอาด - เช็ดหรือผึ่งให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - ไม่นำเครื่องสำอางที่เหลือไปใช้กับผู้รับบริการรายอื่น - ไม่ควรเลือกใช้กะลามะพร้าวสำหรับทำเป็นภาชนะแบ่งใส่ผลิตภัณฑ์
2.	ฟองน้ำเช็ดหน้า	- ซักและล้างทำความสะอาด - ผึ่งให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - การผึ่งต้องแห้งสนิททุกครั้งเพื่อป้องกันการเกิดเชื้อรา - บรรจุถุงพลาสติกแยกเป็นแต่ละซองรอใช้งานครั้งต่อไป
3.	แปรงพอกหน้า - ขนแปรง	- เช็ดครีม/ไขมันออกจากขนแปรง - ล้างและทำความสะอาดขนแปรง - ผึ่งให้แห้ง	-ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - การผึ่งต้องแห้งสนิททุกครั้ง - บรรจุถุงพลาสติกแยกเป็นแต่ละซองรอใช้งานครั้งต่อไป
4.	ลูกประคบ	- หลังใช้งานต้องผึ่งลมให้แห้ง - เก็บไว้ในที่อากาศถ่ายเทสะดวกไม่ให้อับชื้น - เก็บในตู้เย็นที่รักษาอุณหภูมิ 4-7 องศาเซลเซียส	- ใช้ 1 ลูกต่อราย และไม่ว่ากรณีใดๆ ต้องไม่นำไปใช้ร่วมกัน - ตรวจสอบรอยจุดด่างดำไม่ให้มีการเกิดเชื้อราก่อนนำมาให้บริการทุกครั้ง - สามารถเก็บไว้ได้นาน 3-5 วัน
5.	หม้อนึ่งลูกประคบ	- ล้างและทำความสะอาด - ผึ่งให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกวัน
6.	เครื่องซักผ้า - ผ้าคาดผม - ปลอกหมอน - ผ้าปูเตียง - ผ้า/เสื้อคลุม - รองเท้าแตะแบบผ้า	- ซักโดยใช้เครื่องซักผ้าในอุณหภูมิปกติ - ผึ่งแดดหรืออบให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละรายโดยควรมีปริมาณเพียงพอที่จะใช้กับผู้รับบริการโดยไม่ให้เกิดการใช้ซ้ำ

ลำดับ	อุปกรณ์ เครื่องมือ	ขั้นตอนปฏิบัติ	ข้อควรระวัง/หมายเหตุ
7.	ผ้ายางสำหรับปูรองนั่งหรือนอน	- ซักหรือล้างทำความสะอาด - ผึ่งให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - เปลี่ยนใหม่ทุกครั้งโดยไม่ใช้ซ้ำ
8.	ตู้อบผ้าร้อน (Hot Towel Cabinet)	- เช็ดถูและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง	- สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
9.	อ่างอาบน้ำ (Tubs Bath)	- ล้างและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง	- ต้องปล่อยน้ำออกให้หมดก่อนทำความสะอาด
10.	อ่างน้ำวน (Hydrotherapy Tubs & Whirlpool)	- ล้างและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง	- ก่อนการทำความสะอาดต้องปล่อยน้ำทิ้งทั้งระบบ โดยไม่ให้น้ำที่ผ่านการใช้แล้วเหลือค้างภายในระบบท่อ (อ่างประเภทนี้ระบบท่อจะมีความคดโค้งมาก โดยฝังอยู่ใต้อ่าง) ซึ่งจะเป็นเหตุให้มีการปนเปื้อนเมื่อให้บริการครั้งต่อไป จากผลการศึกษาพบข้อมูลว่า - ผู้ใช้สปาแต่ละคนนำจุลชีพจำนวน 300-400 ล้านตัว รวมทั้งสารอินทรีย์อีก 0.5 กรัม ลงในอ่างสปา ในรูปขี้ไคล น้ำมัน เหงื่อ น้ำลาย ปัสสาวะ - ในสระน้ำและในอ่างสปาจึงมีปริมาณจุลินทรีย์ที่อาจก่อให้เกิดโรคได้มากกว่าแหล่งน้ำธรรมชาติ และบำบัดยากกว่าน้ำธรรมชาติ - ในอ่างสปา น้ำมักมีอุณหภูมิสูงกว่าในธรรมชาติ มีอาหารมากทำให้เชื้อโรคเหล่านี้เจริญเติบโตแบ่งตัวรวดเร็วโดยเฉพาะ Pseudomonas and Legionella ดังนั้นจึงต้องมีการควบคุม คุณภาพน้ำ คือ - น้ำต้องใสสะอาด - มีระบบกรองน้ำ อัตราการหมุนเวียน (Turnover rate) ในเวลาไม่เกิน 8 ชั่วโมง - น้ำต้องมีคุณสมบัติทางชีววิทยาตามมาตรฐานน้ำสะอาด - กรณีใช้คลอรีน ต้องมีปริมาณคงเหลือไม่น้อยกว่า 0.6 มิลลิกรัมต่อลิตรและไม่มากกว่า 1 มิลลิกรัมต่อลิตร กรณีใช้ระบบฆ่าเชื้อวิธีอื่นต้องได้มาตรฐานตามที่กำหนด

ลำดับ	อุปกรณ์ เครื่องมือ	ขั้นตอนปฏิบัติ	ข้อควรระวัง/หมายเหตุ
11.	Vichy Shower - หัวฝักบัว	- ถอดหัวฉีดออก ล้างด้วยน้ำผงซักฟอก โดยใช้แปรง - เช็ดให้แห้ง	- สัปดาห์ละ 1 ครั้งต้องทำความสะอาดโดยสม่ำเสมอ เนื่องจากหัวฝักบัว ก๊อกน้ำที่ไม่ทำความสะอาด สามารถเกิดโรคลีเจียนแนร์ (Legionnaires'disease) ได้ง่าย ซึ่งมีข้อแนะนำในการป้องกันโรค ดังนี้ 1. ใช้ความร้อนทำลายเชื้อโดยมีอุณหภูมิตั้งแต่ 55 องศาเซลเซียส ขึ้นไป 2. ใช้คลอรีนในการกำจัดเชื้อ 3. ไม่ใช้น้ำที่ไม่ผ่านกระบวนการบำบัด 4. มีตารางการตรวจวัดหาปริมาณคลอรีนและปุ่มวัดอุณหภูมิ โดยมีความถี่อย่างน้อยทุกสัปดาห์หรือทุกเดือน
12.	เครื่องอบไอน้ำหน้า (Steamer) - กระป๋องใส่น้ำ	- ล้างและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง	- ต้องล้างและทำความสะอาดก่อนมีการเติมน้ำครั้งใหม่
13.	ตู้/ห้องอบไอน้ำ (Steam room) - ที่นั่ง - ผนังและพื้นตู้/ห้อง - เพดาน	- เช็ดถูและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง - เช็ดหรือขจัดละอองน้ำที่รวมตัวเป็นหยดน้ำให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - ทำความสะอาดทุกวัน - ใช้เครื่องมือรีดขจัดน้ำออกจากเพดาน
14.	ตู้/ห้องอบซาวน่า - ที่นั่ง - ผนัง และพื้นตู้/ห้อง	- เช็ดถูและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - ทำความสะอาดทุกวัน
15.	เตียงนวด (Massage Tables) - เตียง/เก้าอี้นวดเท้า - เบาะนวดไทย เตียงนวดน้ำมัน	- เช็ดถูและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - ควรใช้ผ้าปูรองสำหรับการให้บริการแต่ละราย - เปลี่ยนผ้าปูรอง 1 ผืนต่อคน

ลำดับ	อุปกรณ์ เครื่องมือ	ขั้นตอนปฏิบัติ	ข้อควรระวัง/หมายเหตุ
16.	เครื่องกำจัดสิ่งสิ่งอุดตันผิวหน้า (Vacuum and Sprayer) - ตัวเครื่อง - หลอดแก้วดูดสิว - ที่กดหัวสิวสแตนเลส	- เช็ดถูและทำความสะอาด - เช็ดให้แห้ง - ใช้กระดาษทิชชูเช็ดคราบไขมันออกให้หมดก่อน - ล้างและทำความสะอาดเช็ดหรือผึ่งให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกวัน - ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - ทำลายเชื้อหลังทำความสะอาดโดยเช็ดด้วยแอลกอฮอล์ 70% alcohol เฉพาะส่วนที่ต้องสัมผัสกับผู้รับบริการ
17.	กรรไกรขลิบหนัง - นิ้วมือ - นิ้วเท้า	- ล้างทำความสะอาด - เช็ดหรือผึ่งให้แห้ง	- ทำความสะอาดทุกครั้งหลังการใช้แต่ละราย - ทำลายเชื้อหลังทำความสะอาดโดยเช็ดด้วยแอลกอฮอล์ 70% alcohol เฉพาะส่วนที่ต้องสัมผัสกับผู้รับบริการ

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ
DEPARTMENT OF HEALTH SERVICE SUPPORT

กองส่งเสริมและพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก