

**แนวทางการป้องกันและควบคุม  
โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)**

**ในสถานประกอบการสปา  
หมวดเพื่อสุขภาพและหมวดเพื่อเสริมความงาม**





ชื่อหนังสือ : แนวทางการป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19)  
ในสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม

**ที่ปรึกษา**

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

**บรรณาธิการ**

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

**ผู้จัดทำและเรียบเรียง**

ดร.สุวภรณ์ แนวจำปา	ผู้อำนวยการกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นายชัยณรงค์ สังข์จำง	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นายอัครพล ดีเลิศ	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ
นางสาวศุภารัตน์ หงส์ประเสริฐ	กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

**จัดพิมพ์** : กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ  
กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ  
กระทรวงสาธารณสุข

**ออกแบบรูปเล่ม** : นายอัครพล ดีเลิศ

**จำนวนพิมพ์** : 1,000 เล่ม

**ISBN** : 978-616-11-4681-8

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

**ขอขอบคุณภาพประกอบเนื้อหา**

บางกอก โอเอซิส สปา สุขุมวิท 31 กรุงเทพมหานคร



## คำนำ

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

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

กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๔

## สารบัญ

## หน้า

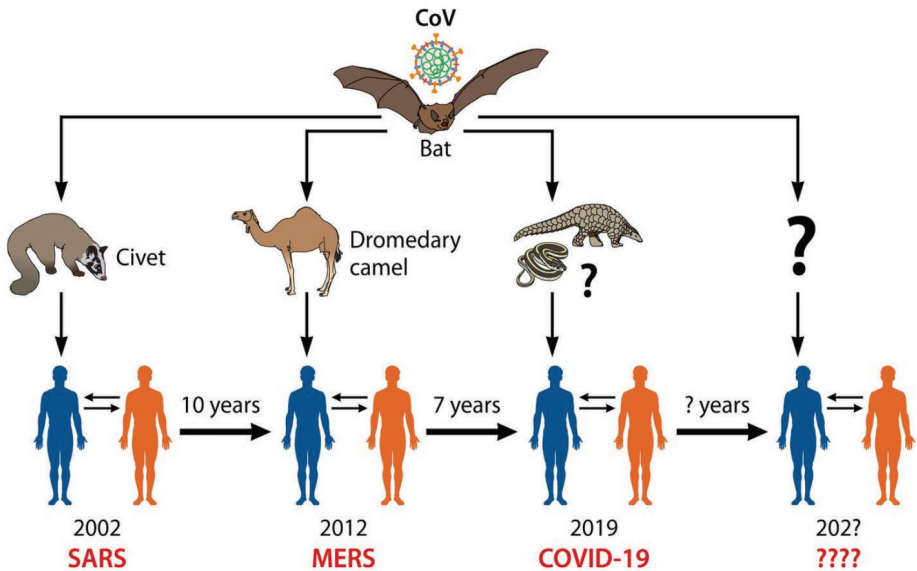
### คำนำ

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



## ไวรัสโคโรนาคืออะไร?

ไวรัสโคโรนาเป็นไวรัสในวงศ์ใหญ่ที่เป็นสาเหตุของโรคทั้งในสัตว์และคน ในคนนั้น ไวรัสโคโรนาหลายสายพันธุ์ทำให้เกิดโรกระบบทางเดินหายใจตั้งแต่โรคหวัดธรรมดาจนถึงโรคที่มีอาการรุนแรง เช่น โรคทางเดินหายใจตะวันออกกลาง (MERS) และโรกระบบทางเดินหายใจเฉียบพลันร้ายแรง (SARS) ไวรัสโคโรนาที่ค้นพบล่าสุดทำให้เกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโควิด 19



## โรคโควิด 19 คืออะไร

โรคโควิด 19 คือ โรคติดต่อซึ่งเกิดจากไวรัสโคโรนาชนิดที่มีการค้นพบล่าสุด ไวรัสและโรคอุบัติใหม่นี้ไม่เป็นที่รู้จักเลยก่อนที่จะมีการระบาดในเมืองอู่ฮั่น ประเทศจีนในเดือนธันวาคมปี 2019 ขณะนี้โรคโควิด 19 มีการระบาดใหญ่ไปทั่วส่งผลกระทบต่อในหลายประเทศทั่วโลก



## อาการของโรคโควิด 19 คืออะไร

อาการทั่วไปของโรคโควิด 19 พบมากที่สุด คือ ไข้ ไอ ลื่นไม่รับรส จมูกไม่ได้กลิ่น และอ่อนเพลีย อาการที่พบน้อยกว่าแต่อาจมีผลต่อผู้ป่วยบางราย คือ ปวดเมื่อย ปวดหัว คัดจมูก น้ำมูกไหล เจ็บคอ ท้องเสีย ตาแดง หรือผื่นตามผิวหนัง หรือสีผิวเปลี่ยนตามนิ้วมือนิ้วเท้า อาการเหล่านี้มักจะไม่รุนแรงนักและค่อยๆเริ่มทีละน้อย บางรายติดเชื้อแต่มีอาการไม่รุนแรง



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

## อาการของโรคโควิด -19



### อาการรุนแรงของโรคโควิด 19 ที่จำเป็นต้องรักษาพยาบาลเร่งด่วน

หากมีอาการดังต่อไปนี้ โทรหาผู้ให้บริการสุขภาพของคุณ หรือติดต่อสถานพยาบาล เพื่อขอรับการรักษาพยาบาลทันที



หายใจขัด  
หายใจลำบาก



สูญเสีย  
ความสามารถใน  
การพูด  
การเคลื่อนไหวร่างกาย  
หรือสับสน



เจ็บหน้าอก

### อาการที่พบได้บ่อย



ไข้



ไอ



อ่อนเพลีย



จมูกไม่ได้กลิ่น  
ลิ้นไม่รับรส

### อาการที่ไม่ได้พบบ่อยนัก



เจ็บคอ



ปวดศีรษะ



ปวดเมื่อย



ท้องเสีย



ผื่นผิวหนังหรือนิ้วมือ  
นิ้วเท้าเปลี่ยนสี



ตาแดงหรือ  
เคืองตา

### หมายเหตุ

- หากอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีการระบาดของโอมิครอน ไข้เลือดออกหรือโรคติดเชื้ออื่นช้และมีอาการข้างต้น ให้ไปรับการรักษายาบาลทันทีตามคำแนะนำของสาธารณสุขท้องถิ่น
- ติดต่อกับผู้ให้บริการสุขภาพระดับปฐมภูมิในชุมชนสม่ำเสมอเพื่อให้ได้รับยาและคำปรึกษาทางการแพทย์อย่างต่อเนื่อง

เอกสารประกาศวันที่ 2 มกราคม 2564 ซึ่งประกอบไปด้วยคำแนะนำฉบับเร่งด่วน ทั้งนี้หากมีข้อมูลเพิ่มเติม เอกสารนี้จะมีการปรับปรุงในภายหลัง

## เราควรทำอย่างไรหากมีอาการของโรคโควิด 19 และควรจะไปพบแพทย์เมื่อใด

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

อย่างไรก็ตาม หากท่านอยู่ในพื้นที่ที่มีการระบาดของมาลาเรียหรือไข้เลือดออก ท่านต้องเฝ้าระวังอาการไข้และไปพบแพทย์ เมื่อไปสถานพยาบาล ควรสวมหน้ากากและเว้นระยะห่างอย่างน้อย ๑ เมตรจากผู้อื่นและไม่เอามือไปจับพื้นผิวต่างๆ หากเป็นเด็กป่วยให้ดูแลเด็กให้ทำตามคำแนะนำนี้ด้วย

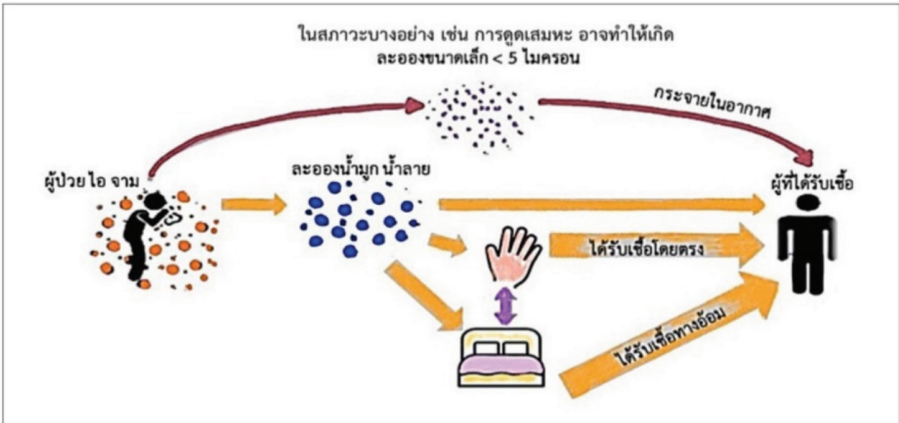
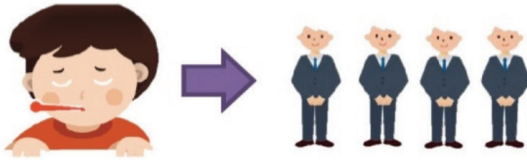
ไปพบแพทย์ทันทีหากมีอาการหายใจลำบากและ/หรือเจ็บหน้าอก หากเป็นไปได้ โทรไปก่อนล่วงหน้า เพื่อทางสถานพยาบาลจะได้ให้คำแนะนำ

## โรคโควิด 19 แพร่ระบาดได้อย่างไร?

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



ผู้ป่วย 1 คน  
แพร่กระจายเชื้อได้ 2-4 คน



เราจะสามารถติดเชื้อโควิด 19 จากผู้ป่วยที่ไม่มีอาการได้หรือไม่

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

## เราจะป้องกันตัวเองและคนที่เรารักได้อย่างไรหากไม่รู้ว่าใครมีเชื้อบ้าง

การรักษาสุขอนามัยของมือ การเว้นระยะห่าง รักษาการยาทในการไอ/จาม เป็นสิ่งสำคัญที่ควรทำตลอดเวลาและเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะป้องกันตัวเองและคนที่เรารัก รวมถึงการรักษาระยะห่างอย่างน้อย ๑ เมตรจากผู้อื่น หลีกเลี่ยงสถานที่ที่แน่นขนัดไปด้วยผู้คนหรือสถานที่ที่อากาศไม่ถ่ายเท และคุณควรสวมหน้ากากอนามัยหากไม่สามารถเว้นระยะห่างทางกายได้



## เมื่อไหร่ที่เราควรรับการตรวจหาเชื้อ?

หากเป็นไปได้ทุกคนที่มีอาการหรือบุคคลที่ไม่มีอาการแต่เป็นบุคคลที่มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อโควิด 19 ควรได้รับการตรวจหาเชื้อ โดยปฏิบัติตามคำแนะนำของหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ของท่าน

ในขณะที่คุณรอผลการตรวจหาเชื้อ คุณควรแยกกักจากผู้อื่นและรักษามาตรการการป้องกันโรคอย่างเคร่งครัด

ในบางพื้นที่ที่การตรวจอาจมีข้อจำกัด การตรวจหาเชื้อควรทำกับกลุ่มบุคคลที่มีความเสี่ยงสูง เช่น บุคลากรด้านสาธารณสุข บุคคลที่มีความเสี่ยงที่จะเจ็บป่วยรุนแรง เช่น ผู้สูงอายุ รวมถึงบุคคลที่อาศัยอยู่ในบ้านพักผู้สูงอายุ



# จำเป็นต้องตรวจโควิด 19 แบบไหน?

← ฉันเคยติดเชื้อมาก่อนไหม

ฉันติดเชื้อใหม่ตอนนี้

## การตรวจแอนติบอดี (การตรวจภูมิคุ้มกัน)

- บอกเราว่าเราเคยติดเชื้อมาก่อน ไม่ใช่ติดเชื้อ ณ ตอนนี้เป็น การบ่งชี้ย้อนไปในอดีต
- ต้องเจาะเลือดหรือเจาะปลายนิ้ว
- ยังไม่มีหลักฐานยืนยันว่าคุณได้รับการคุ้มกันไม่ให้ติดเชื้ออีก
- และจำไว้ว่า ผลตรวจไม่ได้บอกว่าคุณติดเชื้อตอนนี้
- ขณะนี้องค์การอนามัยโลกแนะนำให้ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางการแพทย์วิจัยเท่านั้น

## การตรวจหาเชื้อแบบ RT-PCR

- บอกเราว่า ตอนนีติดเชื้อหรือไม่
- เป็นการตรวจที่ใช้กันมากที่สุด
- ต้องเก็บตัวอย่างจากโพรงจมูกหรือคอ
- ผลมีความแม่นยำสูง
- ใช้เวลาระหว่างหนึ่งวันถึงหลายวันกว่าจะได้รับผล

## การตรวจแอนติเจน

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

World Health Organization Thailand

เอกสารประกาศวันที่ 21 มกราคม 2564 ซึ่งประกอบไปด้วยคำแนะนำฉบับเร่งด่วน ทั้งนี้หากมีข้อมูลเพิ่มเติม เอกสารนี้จะมีการปรับปรุงในภายหลัง

เราสามารถลดความเสี่ยงในการติดเชื้อหรือการแพร่เชื้อได้ด้วยการทำตามข้อควรระวัง ดังนี้

๑. ล้างมือบ่อยๆ ให้สะอาดด้วยแอลกอฮอล์เจลหรือด้วยน้ำและสบู่ เพราะการทำความสะอาดมือด้วยสองวิธีนี้เป็นการฆ่าเชื้อโรคที่อยู่บนมือเรา

๒. รักษาระยะห่างอย่างน้อย ๑ เมตร จากผู้อื่น เพราะเมื่อคนไอ จาม หรือพูด จะทำให้เกิดฝอยละอองขนาดเล็กจากจมูกและลำคอซึ่งอาจมีเชื้อโรคได้ ถ้าอยู่ใกล้เกินไปก็จะหายใจเอาละอองเหล่านั้นเข้าไปด้วยซึ่งมีเชื้อโรคปนอยู่ในกรณีที่คนนั้นไม่สบาย

๓. สวมหน้ากากหากไม่สามารถรักษาระยะห่างได้

๔. เลี่ยงการไปพื้นที่หนาแน่นหรือการระบายอากาศไม่ดี เพราะเมื่อคนมารวมตัวกันเป็นจำนวนมาก เรามีโอกาสเสี่ยงที่จะเข้าไปใกล้ผู้ป่วยโควิด 19 และเมื่อคนหนาแน่นก็จะรักษาระยะห่าง ๑ เมตรได้ยาก

๕. เลี่ยงการเอามือมาจับตา จมูก และปาก เพราะมือไปสัมผัสผิวยังไรมาหลายอย่างและอาจไปสัมผัสเชื้อโรคมาด้วย เมื่อมือปนเปื้อนก็จะส่งต่อเชื้อโรคไปยังตา จมูก และปาก จากนั้นเชื้อโรคก็จะเข้าสู่ร่างกายและทำให้เราป่วย

๖. ทั้งตัวเราเองและคนรอบข้างควรมีสุขลักษณะที่ดีเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ ซึ่งหมายความว่า ต้องปิดปากทุกครั้งไอหรือจามด้วยข้อพับแขนด้านในหรือด้วยกระดาษทิชชู จากนั้นทิ้งกระดาษทิชชูทันทีและล้างมือ เพราะละอองแพร่เชื้อได้ การมีมารยาทในการไอ/จามที่ดี เราก็ป้องกันคนรอบตัวจากเชื้อโรคอื่น ๆ ด้วย เช่น หวัด ไข้หวัด และโรคโควิด 19

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

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

๙. ติดตามข่าวสารข้อมูลจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ เช่น องค์การอนามัยโลก และหน่วยงานสาธารณสุข เพราะทางการและท้องถิ่นจะให้ข้อมูลได้ดีที่สุดว่าคนในพื้นที่ควรจะทำอย่างไรเพื่อป้องกันตนเอง

## ขณะนี้มีการรักษาโควิด 19 โดยเฉพาะหรือไม่?

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





## เชื้อไวรัสโควิด 19 สามารถมีชีวิตอยู่บนพื้นผิวต่างๆ ได้นานแค่ไหน?

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



# รู้หรือไม่

เชื้อไวรัสโควิด 19  
อยู่ได้นานแค่ไหน



ในละอองน้ำมูก, เสมหะ,  
น้ำลาย, น้ำตา และอากาศ



**5**  
นาที

อยู่บนโต๊ะพื้นเรียบ



**24-48**  
ชั่วโมง

อยู่ในน้ำ



**4**  
วัน

ในผ้า, กระดาษทิชชู



**8-12**  
ชั่วโมง

บนวัสดุ เช่น พื้น, โถง, ลูกบิดประตู



**7-8**  
ชั่วโมง



อยู่ในตู้เย็นที่  
อุณหภูมิต่ำ  
กว่า 4 องศา  
เซลเซียส

**ดังนั้น** ให้ทุกคนยึดมาตรการ DMHTT โดยเฉพาะ  
การสวมแมสก์และล้างมือ เพื่อร่วมกันป้องกันการ  
แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19

อาจอยู่ได้ถึง  
**1 เดือน**

ไทยรัฐ สื่อโควิด | ศูนย์ปฏิบัติการภาวะฉุกเฉิน | สายด่วน 1422 | กรมควบคุมโรค  
โดย : กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์

จัดทำ : 24/04/64

## แนวทางการป้องกันและควบคุม โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) ในสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพและนวดเพื่อเสริมความงาม

จากการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด-19 เกิดการแพร่ระบาดอย่างหนักไปทั่วโลก ส่งผลกระทบต่อทางด้านเศรษฐกิจและสังคมโดยรวมของประเทศ เพื่อเป็นการควบคุมสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค นายกรัฐมนตรีจึงออกข้อกำหนดและข้อปฏิบัติในพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๕๘ (ฉบับที่ ๑) ตามข้อ ๒ (๒) การปิดสถานที่เสี่ยงต่อการเกิดโรค ซึ่งรวมถึงสถานประกอบการเพื่อสุขภาพตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๙ ทำให้สถานประกอบการเพื่อสุขภาพต้องปิดกิจการเป็นการชั่วคราวตามคำสั่งดังกล่าว เมื่อสถานการณ์การระบาดเริ่มผ่อนคลายและมีคำสั่งผ่อนปรนให้สถานประกอบการสามารถเปิดให้บริการได้ ภายใต้มาตรการควบคุมการแพร่ระบาดและการกระจายเชื้อโรคโควิด 19 กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โดยกองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ จึงได้กำหนดแนวทางการดำเนินการและการบริหารจัดการสำหรับสถานประกอบการสปา นวดเพื่อสุขภาพ และนวดเพื่อเสริมความงาม ตามพระราชบัญญัติสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยจัดทำระบบการขออนุญาตเปิดให้บริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพตามมาตราการผ่อนปรนและระบบติดตามประเมินผล โดยให้สถานประกอบการที่ประสงค์จะเปิดให้บริการตามมาตราการผ่อนปรนทั่วประเทศ ทำแบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ตามแนวทางการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคโควิด 19 ผ่านระบบสารสนเทศของกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ เพื่อให้สถานประกอบการสามารถเปิดให้บริการอย่างมีมาตรฐาน ตามแนววิถีชีวิตใหม่ (new normal) ป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 รวมทั้งเป็นการอำนวยความสะดวกแก่ผู้ประกอบการและผู้เกี่ยวข้องในการยื่นขอเปิดให้บริการตามมาตราการผ่อนปรน อีกทั้งยังช่วยลดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง



เพื่อขอเปิดบริการ ณ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพหรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด  
กรณีที่สถานประกอบการนั้นตั้งอยู่ในต่างจังหวัด

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

## องค์ประกอบของการจัดบริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ

### ๑. ผู้ประกอบการ มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

#### ๑.๑ การจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์

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

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

๓) จัดเตรียมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย และแอลกอฮอล์ หรือแอลกอฮอล์เจลล้างมืออย่างน้อย ๗๐% ไร่บริเวณเคาน์เตอร์ เพื่อให้บริการแก่ผู้รับบริการและพนักงาน เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ ระหว่างบุคคล

๔) ให้ข้อมูลความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์ การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคกับผู้ใช้บริการ รวมทั้งพนักงานในร้าน โปสเตอร์ ป้ายประกาศแนะนำให้ล้างมือ และการสวมหน้ากากอนามัย

๕) รักษามาตรฐานด้านสถานที่ ความปลอดภัย และการให้บริการ ให้เป็นไปตามที่ได้รับอนุญาต

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

๗) ให้พนักงานต้อนรับระมัดระวังการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ให้บริการ โดยเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการและพนักงานด้วยกันเองอย่างน้อย ๑ เมตร



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





## ๒. ผู้รับบริการ มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

๒.๑ สวมหน้ากากอนามัยตลอดการใช้บริการ

๒.๒ ให้ความร่วมมือในการตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนใช้บริการ

๒.๓ ล้างมือก่อนใช้บริการ และหลังใช้บริการด้วยน้ำสบู่ หรือแอลกอฮอล์ หรือแอลกอฮอล์เจล

๒.๔ ปฏิบัติตามคำแนะนำของสถานประกอบการอย่างเคร่งครัด เพื่อช่วยลดความเสี่ยงในการแพร่กระจายเชื้อ



## ๓. ผู้ดำเนินการ (กิจการสปา) มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

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

๓.๒ การต้อนรับเว้นระยะห่างในการติดต่อกับผู้รับบริการ และพนักงานด้วยกันอย่างน้อย ๑ เมตร

๓.๓ ควบคุมดูแลการบริการ อุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือ เครื่องใช้ต่าง ๆ ให้ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะและใช้ได้อย่างปลอดภัย

๓.๔ คัดกรองพนักงานทุกคนก่อนเข้าสถานประกอบการทุกวัน และบันทึกไว้เป็นหลักฐาน



#### ๔. ผู้ให้บริการ ต้องปฏิบัติตัว ดังนี้

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

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

๔.๓ ป้องกันตนเองจากการติดเชื้อด้วยการสังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ควรแนะนำให้ผู้รับบริการสวมหน้ากากอนามัย และไปพบแพทย์ทันทีพร้อมแจ้งประวัติการเดินทาง

๔.๔ ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว เป็นต้น

๔.๕ ผู้ให้บริการควรเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดปฏิบัติงานทุกครั้ง ก่อนการให้บริการ

๔.๖ งดการพูดคุยระหว่างการให้บริการ ยกเว้นกรณีที่เป็น



## ๕. การทำความสะอาดเพื่อควบคุมการแพร่กระจายเชื้อ

### ๕.๑ พนักงานทำความสะอาด ต้องปฏิบัติตัว ดังนี้

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

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

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

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



ปกปิดมือน ผ้าปูเตียง เสื้อผ้า เป็นต้น อย่างถูกสุขลักษณะ โดยใช้สารทำความสะอาดตามรายละเอียดข้อ ๕.๒

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

๖) ทำความสะอาดห้องสุขา และห้องอาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ กรณีห้องสุขาพร้อมต้องทำความสะอาดทุก ๑ ชั่วโมง



## ๕.๒ สารทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ

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

๑) น้ำยาฟอกขาวสามารถใช้สำหรับทำความสะอาดพื้นผิวได้โดยผสม ในอัตราส่วนดังนี้

- พื้นผิวทั่วไป เช่น พื้นไม้เตรียมอุปกรณ์ โต๊ะ เก้าอี้ เป็นต้น ใช้น้ำยา ฟอกขาว เจือจาง ๑ ส่วนในน้ำ ๙๙ ส่วน (ความเข้มข้น ๐.๐๕% หรือเท่ากับ ๕๐๐ ppm) หรือไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕%

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

- เก้าอี้ นวด และเบานวด หรือเตียงนวด การทำความสะอาด ให้ใช้น้ำยาฆ่าเชื้อ เช่น แอลกอฮอล์ ๗๐% เช็ดทำความสะอาด

๒) สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะ สามารถใช้แอลกอฮอล์ ๗๐% หรือ ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๐.๕% ทำความสะอาดได้



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

### ๕.๓ ข้อควรระวัง

๑) สารที่ใช้ฆ่าเชื้อส่วนใหญ่เป็นชนิดสารฟอกขาว ซึ่งอาจก่อให้เกิดการระคายเคืองผิวหนัง เนื้อเยื่ออ่อน ควรระวังไม่ให้เข้าตาหรือสัมผัสโดยตรง

๒) ไม่ควรผสมน้ำยาฟอกขาวกับสารทำความสะอาดอื่นๆ ที่มีส่วนผสมของแอมโมเนีย

๓) หลีกเลี่ยงการใช้สเปรย์ฉีดพ่นเพื่อฆ่าเชื้อ เนื่องจากอาจทำให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค

๔) เพื่อให้สารทำความสะอาดมีประสิทธิภาพสูงสุดในการทำทำความสะอาด ควรเตรียมก่อนการใช้งาน

๕) ไม่ควรนำถุงมือไปใช้ในการทำกิจกรรมประเภทอื่นๆ นอกจากการทำความสะอาดเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค

๖) หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสบริเวณใบหน้า ตา จมูก และปาก ขณะสวมถุงมือและระหว่างการทำความสะอาด



## ๖. แนวทางการคัดกรองและการรายงานผู้ป่วยเข้าเกณฑ์การสอบสวนโรคโควิด 19

### จุดคัดกรองผู้รับบริการ

- ลงทะเบียนผู้รับบริการ
- ตรวจเช็คอุณหภูมิ อาการและประวัติเสี่ยงลงในแบบฟอร์มที่กำหนด

ประวัติอาการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้

- ไข้ หรือ อุณหภูมิ > ๓๗.๓ °C
- ไอ
- มีน้ำมูก
- เจ็บคอ
- ไม่ได้กลิ่น
- หายใจเร็วหรือหอบเหนื่อย



ในช่วง ๑๔ วันก่อนป่วยมีประวัติ  
ข้อใดข้อหนึ่งต่อไปนี้

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

แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ หรือจังหวัดที่สถานประกอบการตั้งอยู่ หรือสายด่วนกรมควบคุมโรค ๑๔๒๒)





๗. ขั้นตอนการปฏิบัติงานสำหรับสถานประกอบการเพื่อสุขภาพในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19)

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
<input type="checkbox"/> ลงทะเบียน <input type="checkbox"/> ชักประวัติ ผู้รับบริการ <input type="checkbox"/> สื่อสารข้อปฏิบัติของผู้รับบริการ	- ลงทะเบียน ตรวจวัดอุณหภูมิและชักประวัติ เพื่อคัดกรองความเสี่ยงของผู้รับบริการ - แนะนำให้ผู้รับบริการ สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา และเว้นระยะห่างจากผู้อื่นอย่างน้อย ๑ เมตร - แจกหน้ากากอนามัย ในกรณี que ผู้รับบริการไม่ได้ใส่มา	- แอลกอฮอล์เจล - หน้ากากอนามัย - ถุงมือ - Face shield	ผู้ดำเนินการสปา
<input type="checkbox"/> จัดทำทะเบียนประวัติผู้รับบริการทุกราย <input type="checkbox"/> ควบคุมการบริการ อุปกรณ์ผลิตภัณฑ์ และเครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ให้ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะ และใช้ได้อย่างปลอดภัย	- สอบถามบันทึกข้อมูลสุขภาพและคัดกรองผู้รับบริการทุกรายตามแบบฟอร์มที่กำหนด หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน ๓๗.๓ องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้งดการให้บริการ และแนะนำให้ไปพบแพทย์ - ตรวจสอบอุปกรณ์ ผลิตภัณฑ์ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน - แก้วน้ำวูด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย ๑.๕ เมตร	- หน้ากากอนามัย - Face shield	ผู้ให้บริการ

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ห้องให้บริการขนาดต้องเป็น ๑ คนต่อห้อง กรณีที่เป็นห้องรวม เตียงขนาด หรือเบาะขนาด ให้เว้นระยะห่างอย่างน้อย ๑.๕ เมตร และต้องมีม่านกั้น เป็นสัดส่วน</li> <li>- คัดกรองผู้ให้บริการก่อนเข้าทำงาน เพิ่มความตระหนักรู้แก่ผู้ให้บริการในการป้องกันตนเอง</li> </ul>		
<p><input type="checkbox"/> การให้บริการต่าง ๆ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ล้างมือทุกครั้งก่อนและหลังการให้บริการ ด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล</li> <li>- สังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการที่มาใช้บริการ เช่น มีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดให้บริการ และแนะนำให้ไปพบแพทย์</li> <li>- ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น เช่น แก้วน้ำ หลอดดูดน้ำ ช้อน ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดหน้า และผ้าเช็ดตัว</li> <li>- แต่งกายให้รัดกุม เรียบร้อยเหมาะสมต่อการปฏิบัติงาน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หน้ากากอนามัย</li> <li>- Face shield</li> </ul>	<p>ผู้ให้บริการ</p>

กิจกรรม	ขั้นตอนการปฏิบัติ	อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	ผู้ปฏิบัติ
<p>☐ การทำความสะอาด                      สะอาดสถาน                      ประกอบการ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำความสะอาดสิ่งของที่ดั่งจะใช้                              ในการให้บริการต่อคนต่อครั้ง</li> <li>- สวมอุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล</li> <li>- เก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้า                              ใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้ม้วนออก                              ห่างจากตนเองไม่ควรสะบัดผ้า                              เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย</li> <li>- ต้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง                              ปลอกหมอน หลังให้บริการ ๑ คน                              ต่อครั้ง</li> <li>- เก็บขยะปิดปากถุงโดยการม้วน                              ออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น                              และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ</li> <li>- ทำความสะอาดห้องสุขา และห้อง                              อาบน้ำทุกครั้งหลังมีการใช้บริการ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หน้ากาก                              อนามัย</li> <li>- หมวกคลุมผม</li> <li>- ถุงมือ</li> <li>- Face shield</li> </ul>	<p>พนักงาน                      ทำความ                      สะอาด</p>

## ๘. ตัวอย่างสารทำความสะอาด น้ำยาฆ่าเชื้อ และวิธีใช้

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

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



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

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้น ๑,๐๐๐ ppm
มาร์วิน ผลิตภัณฑ์ ซักผ้าขาว		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๕.๒%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๑,๐๔๐ ppm ซึ่งใกล้เคียงกับความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมตามคำแนะนำในฉลาก
คลอโร็กซ์ เร็กกูลาร์ บลิสซ์		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๕.๗%	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๘๐ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๔ ลิตร ได้ความเข้มข้น ๒,๕๖๕ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๑๘ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร
โปรแมกซ์ กลีนพิงค์ พาวเวอร์		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๓%	- ฉีดบริเวณที่ต้องการทำความสะอาดทิ้งไว้ ๒๐ นาที เช็ดหรือล้างออกด้วยน้ำสะอาด - ความเข้มข้น ๓๐,๐๐๐ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๓๓.๕ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร
โปรแมกซ์ กลีนแอนด์ทีฟลู		โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๓%	- ฉีดบริเวณที่ต้องการทำความสะอาดทิ้งไว้ ๒๐ นาที เช็ดหรือล้างออกด้วยน้ำสะอาด - ความเข้มข้น ๓๐,๐๐๐ ppm ซึ่งมากกว่าความเข้มข้นที่แนะนำ	ผสมผลิตภัณฑ์ ๓๓.๕ มิลลิลิตร ต่อน้ำ ๑ ลิตร

## ๘.๒. ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ความเข้มข้นที่แนะนำ ๐.๕%<sup>๒</sup> (๕,๐๐๐ ppm)

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

ชื่อสินค้าในตลาด	รูปภาพผลิตภัณฑ์	ความเข้มข้น	วิธีใช้ตามฉลากผลิตภัณฑ์	วิธีใช้เพื่อให้ได้ความเข้มข้นประมาณ ๕,๐๐๐ ppm
ไฮโดรเจนเพอร์ออกไซด์		ไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ๓% ไฮโดรเจน		ผสมผลิตภัณฑ์ ๑ ส่วนต่อ น้ำสะอาด ๕ ส่วน หรือผสมผลิตภัณฑ์ ๒๐๐ มล. ต่อน้ำ ๑ ลิตร

<sup>๑</sup><https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S๒๕๙๐๐๘๘๙๒๐๓๐๐๐๘๑?token=๔๘๘๕AD๑๖๒๒๔C๓๙๗E๓๘๙๗A๘๗๕๐C๗EF๓๗๔๒๔๘๓๘๘๖๓D๖CFE-BoD๒๗๕๑๑๑๔D๘๓๐๗F๙๔๔E๕๔๖๔๗๖DA๑DF๒๙๕BE๑๘๔๕A๐๕CBE๖๐๗๖๓>

<sup>๒</sup>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>

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

รูปภาพประกอบจาก : บิ๊กซีช้อปปิ้งออนไลน์, เจดี เซ็นทรัล, Shopee, Tops



## ๙. ขั้นตอนการเปิดสถานประกอบการสพ นวดเพื่อสุขภาพและ นวดเพื่อเสริมความงาม (สำหรับผู้ประกอบการ)

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

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

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

๙.๔ เจ้าหน้าที่กรมสนับสนุนบริการสุขภาพรับผิดชอบในส่วนจังหวัด  
กรุงเทพมหานคร และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจังหวัดรับผิดชอบในแต่ละจังหวัด  
ในการตรวจสอบแบบประเมิน ถ้าเป็นไปตามหลักเกณฑ์ให้ยอมรับ หากไม่เป็นไปตาม  
หลักเกณฑ์ให้กวดปฏิเสธ

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

### ๙.๖ การติดตามประเมินผล

- สถานประกอบการต้องรายงานผลปฏิบัติงานตามแบบฟอร์ม Online  
สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง

- กองสถานประกอบการเพื่อสุขภาพ และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด  
แต่ละแห่ง สุ่มตรวจประเมินสถานประกอบการที่ผ่านการประเมินแล้วว่าปฏิบัติ  
ตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่

- หากพบผู้ป่วยมีอาการเข้าได้กับโรคโควิด 19 ให้ดำเนินการตามแนวทางการคัดกรองและการรายงานผู้ป่วยเข้าเกณฑ์การสอบสวนโรคโควิด 19



# ภาพแสดงผังขั้นตอนระบบการลงทะเบียนและการรายงานข้อมูล สำหรับผู้ประกอบการในการเปิดสถานประกอบการตามมาตรการผ่อนปรน



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

- ลงทะเบียนเพื่อขอรับข้อมูลใช้งานและรหัสผ่าน
- กรอกข้อมูลเพื่อใช้งานเข้าสู่ระบบ
- นำข้อมูลใช้งานและรหัสผ่านมากรอกเพื่อเข้าสู่ระบบ
- กรอกข้อมูลใน

1. **ลงทะเบียนเพื่อขอรับข้อมูลใช้งานและรหัสผ่าน**

แบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ของการระบาดโรคติดเชื้อ

2. **กรอกข้อมูลเพื่อใช้งานเข้าสู่ระบบ**

สำคัญมาก! ให้ชื่อและรหัสผ่านที่สามารถจำได้ และไม่ยาวจนเกินไป และไม่ควรมีการเว้นวรรค

3. **นำข้อมูลใช้งานและรหัสผ่านมากรอกเพื่อเข้าสู่ระบบ**

แบบประเมินตนเอง (Self-Assessment) ของการระบาดโรคติดเชื้อ

คลิก

4. **กรอกข้อมูลใน**

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ให้ครบถ้วน และกดบันทึก
- ส่วนที่ 2 ด้านบน ลงข้อมูลให้ครบถ้วน
- ส่วนที่ 2 ด้านล่าง ตีประเมินตนเอง จำนวน 40 ข้อ

**และ อย่าลืม!!! กดบันทึก**

ส่วนที่ 1

ส่วนที่ 2

หลังจากนั้นให้รอเจ้าหน้าที่อนุมัติประมาณ 1 วันทำการ

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

5. หลังจากเจ้าหน้าที่อนุมัติแล้ว ให้เข้ามาตรวจสอบผลว่าผ่านการประเมินหรือไม่



6. หากผ่านการประเมินจะมีช่องให้สำหรับพิมพ์ใบรับรอง




**\*\*\*กรณีไม่ผ่านการประเมินให้กวดูรายละเอียดและให้สถานประกอบการปรับปรุงข้อที่ไม่ผ่าน และประเมินตนเองใหม่อีกครั้ง หรือกรณีที่มีประเมินตนเองมาแล้วได้คะแนนเต็มแล้วเจ้าหน้าที่ประเมินไม่ผ่าน ให้ตรวจสอบว่าสถานประกอบการได้รับใบอนุญาตสถานประกอบการเพื่อสุขภาพจากกระทรวงสาธารณสุขหรือยัง เพราะระบบรองรับเฉพาะสถานประกอบการที่ได้รับใบอนุญาตแล้วเท่านั้น**

ตัวอย่าง



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ  
 Department of Health Service Support

**กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข**  
 ขอรับรองว่า

.....  
 เลิศลี ริแล็กซ์ สปา สุขุมวิท 39 (พร้อมพงษ์)

**ผ่านการประเมินตนเอง**

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



  
 (นายเกรก กริชนัยวิวงศ์)  
**อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ**



ใบรับรองนี้มีผลเฉพาะช่วงที่มีการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) เท่านั้น



### การรายงานผลประจำสัปดาห์สำหรับผู้ประกอบการ

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

**แบบประเมินตนเอง(Self-Assessment)**

ชื่อผู้ใช้งาน:

รหัสผ่าน:

1. เข้าสู่ระบบ
2. คลิกส่วนที่ 4 แบบรายงานผลการปฏิบัติงาน กรอกข้อมูลทุก 7 วัน

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

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

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป    ส่วนที่ 2 แบบประเมินตนเอง Self-Assessment    ส่วนที่ 3 รายงานผลการปฏิบัติงาน    **ส่วนที่ 4 แบบรายงานผลการปฏิบัติงาน**    ส่วนที่ 5 แบบประเมินตนเอง Self-Assessment    ส่วนที่ 6 รายงาน

รายงานผลการปฏิบัติงาน

1	เลขวันที่	2020-06-12	ผู้รับ	เลขวันที่	2020-06-12
2	จำนวนผู้เข้าใช้บริการทั้งหมด	<input type="text"/>	ผู้รับ		
3	เมนูที่ขายสินค้า	<input type="text"/>	ผู้รับ	เมนูใหม่ วันที่และเวลา	<input type="text"/>
4	เมนูที่ขาย	<input type="text"/>	ผู้รับ	ผู้รับผิดชอบ	<input type="text"/>
	ชื่อผู้/หน่วยงาน	<input type="text"/>	ผู้รับ		



กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ  
Department of Health Service Support

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

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

แบบประเมินนี้สถานประกอบการต้องผ่านตามหลักเกณฑ์ครบทุกข้อเพื่อพิจารณา  
 อนุญาตเปิดสถานประกอบการ หากไม่ปฏิบัติตามจะถูกพิจารณาปิดสถานประกอบการ

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

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

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

ลำดับ	เกณฑ์การประเมิน	ผลการประเมิน		หมายเหตุ
		มี	ไม่มี	
<b>๕. ด้านพนักงานทำความสะอาด</b>				
	สวมหน้ากากอนามัยตลอดการใช้บริการ			
	5.1.1 หมวกคลุมผม			
	5.1.2 หน้ากากอนามัย			
	5.1.3 ถุงมือ			
	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	การจัดการขยะให้เก็บขยะปิดปากถุงโดยการมัดวนออกห่างจากตัว ให้มัดปากถุงให้แน่น และนำไปทิ้งให้ถูกสุขลักษณะ			
5.6	การเก็บผ้าปูเตียง ปลอกหมอน เสื้อผ้าใช้แล้ว ผ้าขนหนู โดยให้มัดวนออกห่างจากตนเอง ไม่ควรสะบัดผ้า เพราะจะทำให้เกิดการฟุ้งกระจาย			
5.7	ต้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ปลอกหมอน ของผู้รับบริการหลังให้บริการ 1 คนต่อครั้ง			
5.8	ใช้สารทำความสะอาด ดังนี้			



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

ข้าพเจ้าขอรับรองว่าการประเมินตนเองในครั้งนี้เป็นความจริงทุกประการ

ลงชื่อ .....

(.....)

วันที่ ..... เดือน .....พ.ศ.....

**แบบประเมินคัดกรองผู้รับบริการก่อนการให้บริการ**

**วัตถุประสงค์ :** แบบสอบถามก่อนเข้าใช้บริการสถานประกอบการเพื่อสุขภาพนี้ เพื่อคัดกรองให้เกิดความปลอดภัยแก่ผู้มาใช้บริการและผู้เกี่ยวข้อง แบบสอบถามนี้เป็นการประเมินตนเองเบื้องต้นเท่านั้น การตัดสินใจให้การบริการทางสถานประกอบการเพื่อสุขภาพขึ้นอยู่กับดุลยพินิจของผู้ให้บริการ

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

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

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

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

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

ข้าพเจ้ายืนยันว่า ข้อมูลดังกล่าวเป็นความจริงทุกประการ จึงขอลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานประกอบคำยืนยัน

ลงชื่อ.....  
 (.....)

ลงชื่อผู้คัดกรอง.....  
 (.....)

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

## บรรณานุกรม

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







