คำแนะนำการปฏิบัติแยกกักตัวที่บ้าน สำหรับผู้ป่วยโควิด –19 ระหว่างรอเข้ารับการรักษาแบบผู้ป่วยในโรงพยาบาล หรือ ระหว่างรอครบกำหนด 14 วันหลังจำหน่ายจากโรงพยาบาล หรือ สถานที่รัฐจัดให้ก่อนกำหนด

พ.ญ.นฤมล สวรรค์ปัญญาเลิศ
นายแพทย์ทรงคุณวุฒิ กรมการแพทย์

Home isolation

เป็นหนึ่งในแนวทางการดูแลผู้ป่วยโควิด-19 สำหรับ

1) ผู้ป่วยที่วินิจฉัยใหม่ตามเกณฑ์ระหว่างรอ admit โรงพยาบาลและแพทย์เห็นว่าสามารถดูแลรักษาที่บ้านเพื่อรอเตียงได้

2) ผู้ป่วยโควิด-19 ที่ Step down หลังเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลหรือสถานที่รัฐจัดให้อย่างน้อย 10 วัน และ จำหน่ายกลับบ้านเพื่อรักษาต่อเนื่องที่บ้าน โดยวิธี home isolation

คำแนะนำการแยกกักตัวที่บ้าน

1) ลักษณะของบ้านพักอาศัยที่เหมาะสม
2) ข้อควรปฏิบัติตนของผู้ป่วยโควิด–19 ในระหว่างแยกกักตัว
3) คำแนะนำสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ ในการติดตามดูแลผู้ป่วยCOVID -19 ที่อยู่ที่บ้าน
    a) เกณฑ์การพิจารณา ผู้ป่วยโควิด –19
    b) การดำเนินการของโรงพยาบาลในการติดตามผู้ป่วย

ข้อควรปฏิบัติตนของผู้ป่วยโควิด-19 ในระหว่างแยกกักตัว (1)

1) ไม่ให้บุคคลอื่นมาเยี่ยมที่บ้านระหว่างแยกกักตัว
2) ถูมือด้วยแอลกอฮอล์เจล หรือล้างมือด้วยสบู่และน้ำเป็นประจำ
3) อยู่ในห้องส่วนตัวตลอดเวลา หลีกเลี่ยงการอยู่ใกล้ชิดกับบุคคลอื่นในที่พักอาศัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุ เด็กเล็ก ผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่าง ๆ
4) หากจำเป็นต้องเข้าใกล้ผู้อื่นต้องสวมหน้ากากอนามัยและอยู่ห่างอย่างน้อย 1 เมตร
5) กรณีที่เป็นมารดาให้นมบุตร ยังสามารถให้นมบุตรได้

ข้อควรปฏิบัติตนของผู้ป่วยโควิด-19 ในระหว่างแยกกักตัว (2)

6) หากไอจามขณะที่สวมหน้ากากอนามัยอยู่ไม่ต้องเอามือมาปิดปาก โดยไม่ต้องถอดหน้ากากอนามัยออก

7)ใช้ห้องน้ำแยกจากผู้อื่น หากจำเป็นต้องใช้ห้องน้ำร่วมกัน ให้ใช้เป็นคนสุดท้าย ให้ปิดฝาชักโครกก่อนกดน้ำ คำแนะนำการทำความสะอาดโถสุขภัณฑ์หรือพื้นที่ในบ้าน

8) แยกสิ่งของส่วนตัวไม่ใช้ร่วมกับผู้อื่น

9)ไม่ร่วมรับประทานอาหารกับผู้อื่น ควรให้ผู้อื่นจัดหามาให้ แล้วแยกรับประทานคนเดียว

10)ให้แยกซักเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู ฯลฯ ด้วยน้ำและสบู่หรือผงซักฟอก

คำแนะนำเพิ่มเติม

- ให้สังเกตอาการตนเอง วัดอุณหภูมิ และ ระดับออกซิเจนในเลือดทุกวันตามข้อแนะนำ
- หากมีอาการแย่ลง คือ มีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งต่อไปนี้ เช่น หอบ เหนื่อย ไข้สูงลอย ไม่สามารถปฏิบัติกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้ให้รีบโทรติดต่อโรงพยาบาลที่ท่านรักษาอยู่
- เมื่อจะต้องเดินทางไปโรงพยาบาล ให้ใช้รถยนต์ส่วนตัวหรือรถที่ทางโรงพยาบาลจัดให้ ไม่ใช้รถสาธารณะ ให้ใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่เดินทาง
- หากมีผู้ร่วมยานพาหนะมาด้วย ให้เปิดหน้าต่างรถเพื่อเพิ่มการระบายอากาศ

คำแนะนำสำหรับบุคลากรทางการแพทย์ ในการติดตามดูแลผู้ป่วยCOVID -19 ที่อยู่ที่บ้าน

เกณฑ์การพิจารณาผู้ป่วย COVID-19 อาจปรับได้ตามดุลยพินิจของแพทย์ โดยพิจารณาเรื่องความปลอดภัยของผู้ป่วยและด้านการควบคุมโรคประกอบกัน

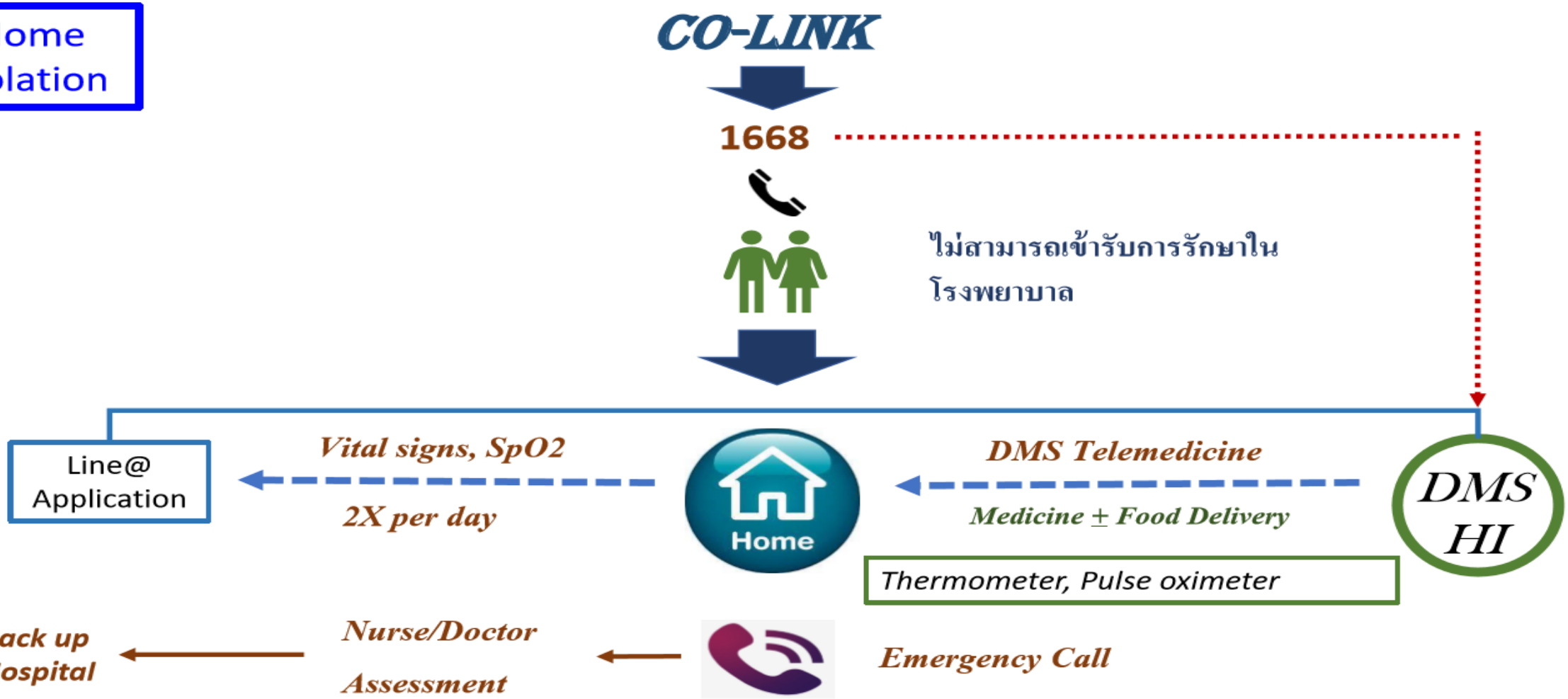
1. เป็นผู้ติดเชื้อที่สบายดี หรือ ไม่มีอาการ (asymptomatic cases)
2. มีอายุน้อยกว่า 60 ปี
3. มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
4. อยู่คนเดียว หรือ มีผู้อยู่ร่วมที่พักไม่เกิน 1 คน
5. ไม่มีภาวะอ้วน (ภาวะอ้วน หมายถึง ดัชนีมวลกาย > 30 กก./ม.2 หรือ น้ำหนักตัว > 90 กก.)

6. ไม่มีโรคร่วม ดังต่อไปนี้
   - โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (**COPD**)
   - โรคไตเรื้อรัง (**CKD Stage 3,4)**
   - โรคหัวใจและหลอดเลือด
   - โรคหลอดเลือดสมอง
   - เบาหวานที่ควบคุมไม่ได้
   - โรคอื่น ๆ ตามดุลยพินิจของแพทย์
7. ยินยอมแยกตัวในที่พักของตนเอง

การดำเนินการของโรงพยาบาล

1. ประเมินความเหมาะสมสำหรับผู้ติดเชื้อ ตามดุลยพินิจของแพทย์
2. ลงทะเบียนผู้ติดเชื้อที่เข้าเกณฑ์การแยกตัวบ้าน
3. ควรถ่ายภาพรังสีทรวงอก (**chest X-ray**) ในวันแรกที่วินิจฉัย
4. แนะนำการปฏิบัติตัวให้กับผู้ป่วยติดเชื้อ
5. ติดตาม ประเมินอาการผู้ติดเชื้อระหว่างการแยกตัวที่บ้าน โดยให้ผู้ติดเชื้อวัดอุณหภูมิ และ **oxygen saturation** แล้วแจ้งทางโรงพยาบาลทุกวัน ผ่านระบบสื่อสารที่เหมาะสม
6. เมื่อผู้ติดเชื้อมีอาการมากขึ้น ให้มีระบบรับ - ส่งต่อผู้ป่วยไปยังโรงพยาบาล

Home Isolation



Community Isolation

พ.ญ.นฤมล สวรรค์ปัญญาเลิศ
นายแพทย์ทรงคุณวุฒิ กรมการแพทย์
thailandemet2019@gmail.com

คำนิยาม

- Community Isolation = Massive isolation medical & health care facility
- กรณีที่มีผู้ติดเชื้อ ในชุมชนจำนวนมาก การจัดระบบการดูแลรักษาในชุมชนเพื่อการวินิจฉัยได้ เร็ว ลดการเสียชีวิต และลดการแพร่ระบาดของโรคในชุมชน
- ปรับบางส่วนในชุมชนให้เป็นสถานพยาบาล/รพ สนามและ ลดการเคลื่อนย้าย เข้าออกในชุมชนนั้น (ปิด)

1) อาจเป็น หมู่บ้าน หรือ Camp คนงาน ก่อสร้าง หรือ ชุมชนที่ยินดี สมัครใจร่วม
2) ชุมชนยอมรับผู้ป่วยในชุมชนได้
3) มีสถานที่สามารถจัดตั้งรพ สนามเพื่อ ดูแล ผู้ป่วยได้ ประมาณไม่เกิน๒๐๐ ราย
4) จัดตั้งศูนย์ติดตามอาการผู้ป่วยได้ ๒๔ ชม
5) ประสานนำส่งผู้ป่วยไป ยัง รพ หากผู้ป่วยมีอาการแย่ลง
6) มีสิ่งแวดล้อม ถูกสุขลักษณะ หรือ ได้รับการปรับปรุง เพื่อไม่ให้ เกิดการแพร่ระบาด ออก นอกชุมชน

Community Isolation กรณีที่พบการแพร่ระบาด COVID-19

ประเมินสถานการณ์ และ ความพร้อมของ CI (โดย คณะกรรมการโรคติดต่อของ จว และ เจ้าของสถานที่ / ชุมชน)

- จำนวน และ ระดับอาการของผู้ติดเชื้อ (คนงาน ผู้ประกอบการ ทีมบุคลากรทางการแพทย์)
- จำนวน และ ระดับอาการของ PUI (คนงาน ผู้ประกอบการ ทีมบุคลากรทางการแพทย์)
- จำนวนของผู้สัมผัสเสี่ยงสูง (คนงาน ผู้ประกอบการ ทีมบุคลากรทางการแพทย์)
- สถานที่ตั้ง (สามารถปิดกั้นแยกบริเวณออกจากชุมชนได้หรือไม่ / มี พื้นที่ตั้ง รพ สนาม เพื่อ ดู แล ผู้ป่วยได้หรือไม่ จำนวนที่ไม่เกิน 200 ราย)
- สภาพแวดล้อมภายในศูนย์ (เน้นเรื่อง การระบายอากาศ ระบบสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม ระบบบำบัดน้ำเสีย เป็นต้น)

สามารถทำ Community Isolation ได้

จัดทำ Community isolation

ไม่สามารถทำ Community isolation ได้

ปิด ชุมชน และ ดำเนินการจัดหาเตียงให้ผู้ติดเชื้อ และ PUI
เฝ้าระวังผู้สัมผัสโรคตามระบบปกติ

การติดตามและการประเมินผู้ป่วย

การคัดแยกผู้ติดเชื้อ ตามอาการและความรุนแรง ตามแนวทางการวินิจฉัยดูแลรักษา
ลงทะเบียน เพื่อติดตามผู้ติดเชื้อ

- ทีมบุคลากรทางการแพทย์ ติดตามเยี่ยม ทุกวัน วันละ 1-2 ครั้ง
  Telemedicine (Virtual follow up of patients)
- **Prepare prescriptions and facilitate medication access**
- Prepare sick leave.

Positive cases จาก ACF, Surveillance ใน ชุมชน /Camp) → First point of contact in Community อาจเป็น อสม หรือ จป หรือ ผู้ที่รับมอบหมาย → Continues to monitor patients daily By HCW /designated person → ทีมบุคลากรติดตามอาการทุกวัน → เมื่อครบกำหนดการกักตัว แพทย์ จำหน่าย

- ผู้ป่วยถูกแยกกักตัว ตามสถานที่จัดเช่น รพ สนามใน พื้นที่ / ที่พัก
- ทีมบุคลากรทางการแพทย์ รับผิดชอบตามโซนโดยผ่าน ศูนย์อำนวยการ ในการติดตาม

- Daily patient follow up
- ติดตามประเมินอาการผู้ป่วย ทุกวัน
- Monitor ไข้/ Oxy Sat/ RR

- ทีมแพทย์ติดตามและ ประเมินอาการเป็นระยะ
- การจำหน่ายผู้ป่วย

Community Isolation (รายละเอียดตามคำแนะนำของกรมการแพทย์)

เกณฑ์ในการรับผู้ป่วย ผู้ป่วยยืนยันCOVID-19 ในชุมชนเป็นผู้ป่วยใหม่ มีลักษณะดังนี้

- เป็นผู้ติดเชื้อ หรือ ผู้ป่วยยืนยัน COVID-19 ที่ไม่มีอาการ หรือ มีอาการ จัดเป็นกลุ่มเขียว /กลุ่มเหลือง ที่ไม่ต้องการออกซิเจนในการรักษา Oxygen Sat >96%
- อาจมีโรคร่วมที่ควบคุมได้ภายใต้การรักษาแล้ว มากกว่า 6 เดือน
- เป็นชาวต่างชาติที่สามารถสื่อสารได้ หรือ ชาวต่างด้าวที่ไม่มีสิทธิรักษา
- สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ในการใช้ชีวิตประจำวัน
- ทุกกลุ่มอายุ สำหรับผู้ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ อาจอยู่ร่วมเป็นครอบครัวได้

กรมการแพทย์
DEPARTMENT OF MEDICAL SERVICES

ทุกลมหายใจที่ได้คืนมา มีค่ามากกว่าคำชื่นชม