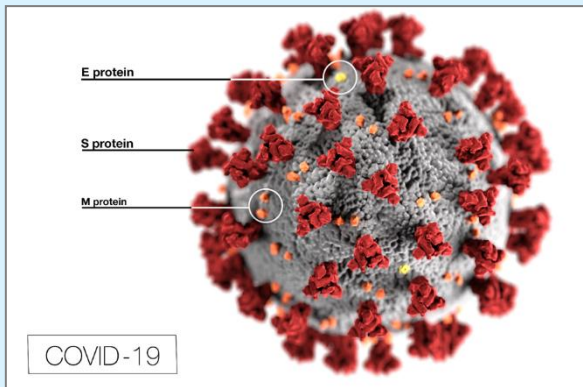


โควิด 19 คืออะไร

เชื้อโควิด 19 เป็นเชื้อไวรัสสายพันธุ์โคโรนา ซึ่งเป็นสายพันธุ์ใหม่ มีการระบาดและกระจายไปทั่วทุกภูมิภาคของโลก



โรคโควิด 19 มีอาการอย่างไร

เมื่อติดเชื้อไวรัสนี้ จะเริ่มมีไข้ก่อน ตามด้วยไอแห้งๆ และหลังจากนั้นประมาณ 1 สัปดาห์ จะมีอาการหายใจถี่ และหายใจลำบาก จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นไม่รับรส หรือผู้ป่วยบางรายที่ตรวจพบเชื้อไม่แสดงอาการ โดยผู้ป่วยบางรายจำเป็นต้องรักษาตัวในโรงพยาบาล ซึ่งอาการจะรุนแรงในผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัว เป็นต้น

มีไข้ >37.5 °C		น้ำมูกไหล
มีอาการไอ		รู้สึกเจ็บคอ
ไม่ได้กลิ่น/ไม่รับรส		หายใจหอบเหนื่อย

การรักษาโควิด 19 ทำอย่างไร

ผู้ที่ติดเชื้อโควิด 19 จำเป็นต้องนอนโรงพยาบาล เพื่อเฝ้าระวังภาวะแทรกซ้อน โดยแพทย์จะให้การรักษาตามความรุนแรงของอาการ กรณีผู้ป่วยไม่มีอาการหรือมีอาการไม่รุนแรง จะดูแลรักษาตามอาการ ส่วนมากจะหายเองได้ ส่วนผู้ป่วยที่มีภาวะปอดอักเสบหรือปัจจัยเสี่ยงต่อความรุนแรงของโรค แพทย์จะพิจารณาให้ยาต้านไวรัส จนกว่าอาการจะดีขึ้น จึงจะพิจารณาให้กลับบ้านได้

ผู้ป่วยโควิด 19 หลังได้รับการรักษา สามารถแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้หรือไม่

- ผู้ป่วยโควิด 19 ส่วนใหญ่มีอาการไม่รุนแรง อาจอยู่ในโรงพยาบาลเพียงระยะสั้นๆ แล้วไปพักฟื้นที่บ้าน ผู้ป่วยที่มีอาการเล็กน้อยจะค่อยๆ ดีขึ้นจนหายสนิท โดยอาจจะยังตรวจพบสารพันธุกรรมของเชื้อไวรัสโควิด 19 ในน้ำมูก น้ำลายได้เป็นเวลานาน แต่มีการศึกษาพบเชื้อที่มีชีวิตอยู่เพียงประมาณ 8 วัน ดังนั้นสารพันธุกรรมที่ตรวจพบอาจเป็นเพียงซากพันธุกรรมที่ร่างกายยังกำจัดไม่หมด
- ผู้ป่วยสามารถออกจากโรงพยาบาลได้หลังจากนอนพักรักษา เมื่อพบว่าติดเชื้อหรือหลังจากเริ่มมีอาการมานานอย่างน้อย 10 วัน ซึ่งผู้ป่วยในระยะนี้จะไม่แพร่เชื้อ ทั้งนี้แพทย์ผู้รักษาจะพิจารณาจากอาการเป็นหลัก

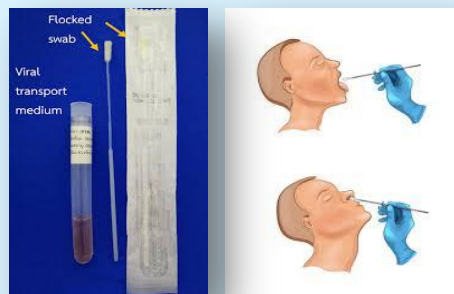
โควิด 19 ติดต่อได้อย่างไร

เชื้อโควิด 19 สามารถติดต่อได้ผ่านทาง ฝอยละออง น้ำมูก น้ำลาย ที่เกิดจากการไอจาม พุด และการสัมผัสสารคัดหลั่งจากผู้ป่วยโควิด 19



การตรวจหาเชื้อโควิด 19

- เชื้อโควิด 19 มีระยะฟักตัวประมาณ 14 วัน นับตั้งแต่วันที่แรกที่ได้รับเชื้อเข้าสู่ร่างกาย เชื้อส่วนใหญ่จะอาศัย อยู่ในทางเดินหายใจ โดยอาจจะแพร่กระจายเชื้อได้ แม้ไม่มีอาการ
- การตรวจหาเชื้อโควิด 19 แพทย์จึงต้องทำการเก็บเพาะเชื้อบริเวณในโพรงจมูก และในลำคอของผู้ป่วย



อ้างอิง : <https://health.ri.gov/publications/instructions/COVID-19-Specimen-Collection-Kit.pdf>

อ้างอิง : กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข แนวทางเวชปฏิบัติการวินิจฉัย ดูแลรักษา และป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล กรณีผู้ป่วยติดเชื้อไวรัสโควิด 19 (ฉบับปรับปรุง 7 ธันวาคม 2563)



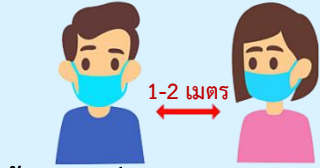
การซักฟอกที่บ้านต้องปฏิบัติตัวอย่างไร?

ผู้ป่วยที่พ้นระยะการแพร่เชื้อแล้ว ควรปฏิบัติตนในการป้องกันการติดเชื้อเหมือนประชาชนทั่วไป จนกว่าจะควบคุมการแพร่ระบาดของโรคในวงกว้างได้อย่างมั่นใจ คือ

● การดูแลสุขอนามัย



สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า



รักษาระยะห่างประมาณ 1-2 เมตรหรือน้อยกว่าหนึ่งช่วงแขน

● หากมีอาการไอ หรือจาม



สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า

หรือ



ปิดปากจุกด้วยกระดาษทิชชู แล้วทิ้งกระดาษทิชชูลงในถุงพลาสติก ปิดปากถุงให้สนิทก่อนทิ้ง



ใช้แขนเสื้อปิดปากจุกแล้วทำความสะอาดมือด้วยแอลกอฮอล์เจล หรือน้ำและสบู่ทันที

● ล้างมือด้วยสบู่และน้ำ หรือถูมือด้วยเจลแอลกอฮอล์



- ▶ โดยเฉพาะหลังจากขับถ่าย
- ▶ ก่อนและหลังสัมผัสจุดที่มีผู้อื่นในบ้านใช้ร่วมกัน เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได มือจับตู้เย็น เป็นต้น

● ไม่ใช่ของใช้ส่วนตัวร่วมกับผู้อื่น



- ▶ อุปกรณ์รับประทานอาหาร และแก้วน้ำ
- ▶ ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว

- ดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ รับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ
- ทำความสะอาดเสื้อผ้า ผ้าปูเตียง ผ้าขนหนู ฯลฯ ด้วยผงซักฟอกธรรมดาและน้ำ หรือซักผ้าด้วยน้ำร้อนที่อุณหภูมิ 60-90 °C
- หลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่ที่มีการระบาด
- การพักฟื้น หยุดเรียน หยุดงาน ตามการพิจารณาของแพทย์ผู้ให้การรักษา



เมื่อมีอาการไม่สบาย ควรทำอย่างไร?

หากมีอาการป่วยเกิดขึ้นใหม่ หรืออาการเดิมเป็นมากขึ้น เช่น ไข้สูง ไอมาก เหนื่อย แน่นหน้าอก หอบ หายใจไม่สะดวก จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นไม่รับรส เบื่ออาหาร ให้รีบติดต่อสถานพยาบาลใกล้บ้าน หากต้องเดินทางมาสถานพยาบาลให้สวมหน้ากากกระหว่างเดินทาง ไม่ใช่พาหนะสาธารณะ ควรใช้รถส่วนตัวหรือรถพยาบาลมารับ

เมื่อมีข้อสงสัยควรทำอย่างไร?

- หากมีข้อสงสัยใด ๆ สามารถโทรสอบถามได้ที่
- หน่วยควบคุมการติดเชื้อ เบอร์โทร (043)36-6593-4 (043)36-6599
- หน่วยระบาดวิทยาโรคติดต่อ เบอร์โทร (043)36-3568

เนื้อหาโดย : หน่วยควบคุมการติดเชื้อ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์

สอบถามข้อมูล
การตรวจรักษา : โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ โทร. 043-202130-4
สื่อความรู้สุขภาพ : งานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ โทร 043-363077-9
www.srinaearind.md.kku.ac.th



สื่อความรู้สู่ประชาชน

การปฏิบัติตัวสำหรับผู้ป่วยโควิด 19 เมื่อกลับพักฟื้นที่บ้าน



การปฏิบัติตัวสำหรับผู้ป่วยโควิด 19 เมื่อกลับพักฟื้นที่บ้าน

