

โควิด-19

กับมาตรการป้องกัน

กลัวได้แต่ไม่ตื่นตระหนก

ในผู้ที่เดินทางกลับจากประเทศที่มีการระบาด เช่น จีน ญี่ปุ่น เกาหลี อิตาลี ฯลฯ หากยังไม่มีอาการ การตรวจร่างกายเพื่อหาเชื้อโควิด-19 โดยทันที และขอใบรับรองแพทย์เพื่อไปทำงานหรือไปเรียนตามปกติไม่มีประโยชน์ใด ๆ เพราะในขณะนั้นเชื้อโรคอาจยังอยู่ในระยะฟักตัวซึ่งมีโอกาสน้อยมากที่จะสามารถตรวจพบเชื้อได้

- 1 ควรเก็บตัวอยู่บ้านอย่างเคร่งครัด 14 วัน
- 2 การไปโรงพยาบาลโดยไม่มีอาการป่วย อาจเพิ่มโอกาสเสี่ยงในการรับเชื้อโรคได้มากขึ้น
- 3 หากมีอาการของโรคทางเดินหายใจ เช่น เป็นหวัด เจ็บคอ มีไข้ ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยทันที

สถานศึกษาควรมีมาตรการการคัดกรองที่เข้มงวด

- มีการวัดไข้เด็ก หรือสังเกตเด็กที่อาจมีอาการป่วย ต้องให้หยุดเรียนและแจ้งผู้ปกครองให้พาไปพบแพทย์ทันที
- จัดเตรียมอุปกรณ์ล้างมือ และแอลกอฮอล์ล้างมือให้เพียงพอและทั่วถึง
- สอนมาตรการป้องกันตนเอง เช่น กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ

ในสถานการณ์ปัจจุบันจึงควรหลีกเลี่ยงการเดินทางไปในประเทศที่มีการระบาดของโรคเพื่อลดโอกาสเสี่ยงในการติดเชื้อ เช่น จีน เกาหลี ญี่ปุ่น ฮ่องกง มาเก๊า เวียดนาม มาเลเซีย อิตาลี สิงคโปร์ ฯลฯ

ที่มา : ศ. นพ.ยง ภู่วรวรรณ


