

**คำแนะนำด้านสุขภาพสำหรับผู้
ได้รับผลตรวจเป็นบวก / ได้รับผลตรวจเบื้องต้นเป็นบวกสำหรับเชื้อโควิด-19
และกำลังรอเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลหรือศูนย์แยกกักตัว**

หากผลตรวจกรดนิวคลีอิกเป็นบวกเบื้องต้น (ดูที่ *หมายเหตุ*) ท่านจะได้รับข้อความ SMS แจ้งทางโทรศัพท์

โปรดทำให้ใจให้สงบและอดทนรอที่บ้าน ทางรัฐบาลจะจัดให้ท่านเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลหรือศูนย์แยกกักตัว

เพื่อเป็นการลดความเสี่ยงในการแพร่เชื้อไวรัสให้กับผู้อื่น (สมาชิกในครัวเรือนและประชาชนทั่วไป) กรุณาอ่านคำแนะนำในการควบคุมการติดเชื้อในระหว่างรอที่บ้านดังต่อไปนี้

หมายเหตุ:

“เป็นบวกเบื้องต้น” หมายถึงไปถึงผลของการตรวจกรดนิวคลีอิกในตัวอย่างน้ำลายในลำคอลึก (DTS), ตัวอย่างจากการป้ายจมูกและคอ (CTNS), ตัวอย่างจากการป้ายที่เยื่อบุด้านหลังโพรงจมูกหรือตัวอย่างอุจจาระ, ฯลฯ

หากท่านได้ตรวจเพียงแค่การตรวจหาแอนติเจนแบบรวดเร็ว (RAT) และผลออกมาเป็นบวก ก็มีความเป็นไปได้ว่าท่านได้ติดเชื้อโควิด-19 แล้ว อย่างไรก็ตามท่านจะต้องตรวจหาเชื้อโควิด-19 แบบกรดนิวคลีอิกเพื่อยืนยัน เพื่อความรอบคอบท่านควรปฏิบัติตามคำแนะนำดังต่อไปนี้ในระหว่างรอที่บ้าน

1.1 สถานที่พักอาศัย

- ผู้ที่ได้รับผลตรวจเป็นบวก / ได้รับผลตรวจเบื้องต้นเป็นบวกสำหรับการตรวจกรดนิวคลีอิกจะต้องอยู่ภายในที่พักอาศัยในระหว่างที่รอเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลหรือศูนย์แยกกักกัน ซึ่งหากจะให้ดีเขา/เธอควรอยู่ในห้องของเขา/เธอ ปิดประตูและหลีกเลี่ยงการพบเจอหน้ากันกับสมาชิกในครัวเรือนคนอื่นๆ เท่าที่จะเป็นไปได้
- บุคคลอื่นๆ (เช่น เพื่อน ญาติพี่น้อง และผู้ที่ไม่ได้อาศัยอยู่ด้วยกัน) ไม่ควรเข้าไปในห้องหรือที่พักอาศัยของเขา/เธอ
- ดูแลให้สถานที่นั้นๆ มีการถ่ายเทอากาศที่ดีโดยการเปิดหน้าต่างทิ้งไว้เท่าที่จะทำได้ หากสามารถติดตั้งเครื่องฟอกอากาศไว้ในห้องได้จะดีที่สุด

1.2 สุขอนามัยส่วนบุคคล

- ใส่หน้ากากอนามัยทางการแพทย์ที่กระชับพอดีเมื่อผู้ที่ติดเชื้อจำเป็นต้องออกจากห้องของเขา/เธอ
- หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารร่วมกันหรือแบ่งปันของใช้ส่วนตัวกับสมาชิกในครัวเรือนคนอื่นๆ
- ทำความสะอาดมืออยู่บ่อยๆ และคอยเฝ้าสังเกตการไอ

1.3 สุขอนามัยสิ่งแวดล้อมและห้องน้ำ

- ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อสิ่งแวดล้อมในบ้านเป็นประจำทุกวันด้วยการใช้น้ำยาฟอกขาวแบบเจือจางที่ใช้ตามบ้านด้วยปริมาณ 1 ส่วนต่อน้ำ 49 ส่วน (ผสมน้ำยาฟอกขาวที่มีสารโซเดียมไฮโปคลอไรท์ 5.25% ปริมาณ 10 มล. กับน้ำเปล่า 490 มล.) ทิ้งไว้ 15-30 นาทีแล้วจึงล้างออกด้วยน้ำเปล่า สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- หากสถานที่ต่างๆ ปนเปื้อนไปด้วยสารคัดหลั่งจากทางเดินหายใจ, สิ่งอาเจียน หรือ สิ่งขับถ่าย, ให้ใช้กระดาษทิชชูแบบใช้แล้วทิ้งที่สามารถซึมซับได้อย่างดีทำความสะอาดสิ่งเหล่านั้นเท่าที่มองเห็นได้ แล้วจึงฆ่าเชื้อบนพื้นผิวและบริเวณโดยรอบด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อสำหรับพื้นผิวที่ไม่ใช่โลหะ ให้ฆ่าเชื้อด้วยน้ำยาฟอกขาวแบบเจือจางที่ใช้ตามบ้านด้วยปริมาณ 1 ส่วนต่อน้ำ 4 ส่วน (ผสมน้ำยาฟอกขาวที่มีสารโซเดียมไฮโปคลอไรท์ 5.25% ปริมาณ 10 มล. กับน้ำเปล่า 40 มล.) ทิ้งไว้ 10 นาทีแล้วจึงล้างออกด้วยน้ำเปล่า สำหรับพื้นผิวที่เป็นโลหะให้ฆ่าเชื้อด้วยแอลกอฮอล์ 70%
- ใช้ห้องน้ำที่กำหนดไว้เฉพาะบุคคลเท่าที่จะทำได้ หากไม่สามารถทำได้ จะต้องทำความสะอาดและฆ่าเชื้อในห้องน้ำหลังจากการใช้แต่ละครั้ง ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อบริเวณใกล้ส่วนด้วยน้ำยาฟอกขาวแบบเจือจางที่ใช้ตามบ้านด้วยปริมาณ 1 ส่วนต่อน้ำ 4 ส่วนหลังการขับถ่าย ทำความสะอาดและฆ่าเชื้อบริเวณอ่างล้างมือด้วยน้ำยาฟอกขาวแบบเจือจางที่ใช้ตามบ้านด้วยปริมาณ 1 ส่วนต่อน้ำ 4 ส่วนหากบริเวณดังกล่าวปนเปื้อนไปด้วยเสมหะหรือน้ำลาย เช่น หลังจากการบ้วนปากหรือแปรงฟัน
- ปิดฝาชักโครกก่อนกดชักโครก
- ล้างมือด้วยสบู่และน้ำเปล่าหลังใช้ห้องน้ำ
- เทน้ำประมาณครึ่งลิตรลงไปที่ท่อน้ำทิ้งบนพื้นแต่ละท่อ หนึ่งครั้งต่อสัปดาห์

1.4 การทิ้งขยะ

- ควรทิ้งขยะเป็นอย่างดีและส่งให้สมาชิกในครัวเรือนช่วยทิ้งให้
- ทำความสะอาดมือหลังจากนั้น

1.5 คอยเฝ้าระวังอาการ

- เฝ้าสังเกตสภาพร่างกายและวัดอุณหภูมิสองครั้งต่อวัน
- หากท่านมีอาการเตือนดังต่อไปนี้ ให้โทร 999 หรือไปที่แผนกฉุกเฉิน (A&E) โดยตรง:
 - หายใจลำบากหรือหายใจไม่ทั่วท้อง
 - พุดไม่ได้หรือขยับไม่ได้
 - ปวดหรือมีแรงดันที่หน้าอกหรือที่ท้อง
 - เวียนศีรษะหรือมึนงง
 - ชัก
 - ปวดกล้ามเนื้ออย่างรุนแรง

- ไม่ปัสสาวะ
 - อ่อนแรงหรือทรงตัวไม่อยู่
 - ทารกในครรภ์ดั้นน้อยลงหรือหยุดดั้น (สำหรับสตรีมีครรภ์)
- นอกจากนี้ ตั้งแต่วันที่ 16 กุมภาพันธ์เป็นต้นไปจะมีการเปิดใช้คลินิกเฉพาะกิจ 7 แห่งสำหรับผู้ติดเชื้อโควิด-19 ที่ได้รับการยืนยัน เพื่อช่วยในการจัดการวิเคราะห์และการรักษาสำหรับผู้ที่ได้รับแจ้งผลเป็นบวก และมีอาการจากการติดเชื้อที่ไม่รุนแรงนัก (เช่น มีไข้, ไอ, เจ็บคอ) ที่ต้องการคำแนะนำทางการแพทย์ระหว่างที่รอเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลหรือศูนย์แยกกักตัว

การไปคลินิกที่กำหนด / แผนฉุกเฉิน (A&E)

- ใส่หน้ากากอนามัยทางการแพทย์ที่กระชับพอดี
- ไปยังโรงพยาบาล / คลินิกโดยตรง โดยหลีกเลี่ยงการใช้ขนส่งสาธารณะที่แออัดเท่าที่จะเป็นไปได้ หรือหลีกเลี่ยงการอยู่ในที่สาธารณะระหว่างทาง

สำหรับการติดต่อสอบถามเกี่ยวกับการแพทย์สำหรับผู้ที่กำลังรอเข้าศูนย์แยกกักตัวเมื่อได้รับการยืนยันว่าติดเชื้อ กรุณาโทรไปยัง “สายด่วนโควิด-19 ขององค์การโรงพยาบาลเพื่อความช่วยเหลือผู้ติดเชื้อที่ได้รับการยืนยันที่กำลังรอเข้าศูนย์แยกกักตัว” (1836 115)

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาเข้าเยี่ยมชม:

<https://www.chp.gov.hk/en/r/1363>



ศูนย์ป้องกันสุขภาพ (กรมอนามัย) และองค์การโรงพยาบาล

(16 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2022)

Thai Version