

มาตรการดำเนินงานป้องกันภัยสุขภาพจากหมอกควันไฟป่า (ขณะเกิดเหตุการณ์)

1. สำนักงานป้องกันควบคุมโรคเขต

- 1.1 มีการเปิด War room เพื่อติดตามสถานการณ์จากพื้นที่ และวิเคราะห์ข้อมูล (ด้านมลพิษ สิ่งแวดล้อม การเจ็บป่วยที่มารับบริการในหน่วยบริการ มาตรการที่ดำเนินงานไปแล้ว เช่น ทำอะไรไปแล้ว กับใคร เมื่อไร คาดการณ์และแนวโน้มเหตุการณ์จะเป็นอย่างไร) สรุปผลสื่อสารให้ส่วนกลาง IC ของกรม, หัวหน้าทีม SAT ของกรม, และ IC สำนักโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม
- 1.2 เสนอแนวทางแก้ไขหรือการลดความเสี่ยงให้แก่กลุ่มเสี่ยงพิเศษ เช่น ผู้ป่วยโรคเรื้อรังกลุ่มโรคปอด โรคระบบหลอดเลือดหัวใจ ผู้สูงอายุ เด็ก และหญิงตั้งครรภ์
- 1.3 สนับสนุนอุปกรณ์ป้องกันระบบทางเดินหายใจ และสนับสนุนสื่อหรือวิชาการให้พื้นที่เสี่ยงในจังหวัดที่รับผิดชอบ
- 1.4 มีการสื่อสารความเสี่ยงให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและประชาชน เพื่อป้องกันภัยสุขภาพจากหมอกควันไฟป่า
- 1.5 ติดตามมาตรการการดำเนินงานป้องกันภัยสุขภาพจากหมอกควันไฟป่า

2. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด

- 2.1 มีระบบบัญชาการเหตุการณ์เพื่อติดตามสถานการณ์ วิเคราะห์ข้อมูลมลพิษสิ่งแวดล้อมจากข้อมูลของกรมควบคุมมลพิษหรือสำนักงานสิ่งแวดล้อมภาค รวบรวมข้อมูลการเจ็บป่วยจากหน่วยบริการสาธารณสุขในจังหวัด และมาตรการที่ดำเนินการไป
- 2.2 ติดตามผลการปฏิบัติจากมาตรการป้องกันควบคุมโรคที่ดำเนินการไปแล้ว
- 2.3 สื่อสารความเสี่ยงให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยง ในการป้องกันควบคุมโรคตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น
- 2.4 เตรียมอุปกรณ์ป้องกันระบบทางเดินหายใจ เพื่อสนับสนุนกลุ่มเสี่ยงก่อน เช่น ผู้ป่วยโรคเรื้อรังกลุ่มโรคปอด โรคระบบหลอดเลือดหัวใจ ผู้สูงอายุ เด็ก และหญิงตั้งครรภ์ สำหรับประชาชนทั่วไปจะสนับสนุนให้ตามความเหมาะสม
- 2.5 รายงานผลการดำเนินงานให้ สคร. ในพื้นที่ทราบ และติดตามประเมินมาตรการ

3. หน่วยบริการสาธารณสุขแต่ละระดับ

- 3.1 สื่อสารความเสี่ยงให้กับประชาชนในการป้องกันตนเอง โดยให้ความสำคัญ เช่น ศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียน บ้านประชาชนที่มีกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรัง โรคระบบทางเดินหายใจ โรคหลอดเลือดและหัวใจ เป็นต้น
- 3.2 เตรียมความพร้อมด้านมาตรการดูแลรักษาพยาบาลสำหรับกลุ่มเสี่ยงสูง

- 3.3 ประสานชุมชนและอสม. ให้ดูแลกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังในพื้นที่ที่รับผิดชอบ ถ้าหากมีอาการผิดปกติให้มาพบแพทย์ทันที
- 3.4 กรณีชุมชนมีผู้ป่วยเรื้อรังจำนวนมาก ควรประสานท้องถิ่นให้มีการจัดเตรียมห้องสะอาดไว้รองรับประชาชนกลุ่มเสี่ยง โดยพิจารณาเลือกห้องสะอาด ดังนี้
- สถานที่ที่มีประตู หน้าต่างที่ปิดมิดชิดและมีจำนวนประตูและหน้าต่างให้น้อยที่สุด
 - ถ้าสถานที่นั้นมีการใช้เครื่องปรับอากาศและเป็นระบบที่นำอากาศ (Fresh air) ให้ปิดช่องอากาศเข้าเพื่อป้องกันฝุ่นจากภายนอกเข้าสู่ห้องสะอาด และตรวจสอบทำความสะอาดแผ่นกรอง
 - ไม่ใช้เครื่องดูดฝุ่นหรือไม้กวาดในการทำทำความสะอาด เนื่องจากเป็นการกระตุ้นอนุภาคฝุ่นฟุ้งกระจาย ให้ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดทำความสะอาดแทน
 - ไม่ทำกิจกรรมใดๆที่ก่อให้เกิดฝุ่น/ควัน เช่น จุดธูป จุดเทียน เป็นต้น
 - หลีกเลี่ยงการใช้เครื่องผลิตโอโซน หรือเครื่องเพิ่มปริมาณออกซิเจน เนื่องจากความเข้มข้นของโอโซนในระดับต่ำก็สามารถทำให้เกิดการระคายเคืองระบบทางเดินหายใจ เกิดอาการไอ แน่นหรือเจ็บหน้าอก หายใจได้ในช่วงสั้นๆ และส่งผลให้ประสิทธิภาพการทำงานของปอดลดลง นอกจากนี้โอโซนไม่สามารถกำจัดอนุภาคออกจากอากาศได้ ดังนั้นไม่เกิดประโยชน์ในการลดฝุ่นในช่วงที่เกิดปัญหาหมอกควัน
- 3.5 รวบรวมข้อมูลการเจ็บป่วยที่เกิดเนื่องจากปัญหาหมอกควันไฟป่า และวิเคราะห์ดูแนวโน้มการเจ็บป่วย เพื่อกำหนดมาตรการป้องกันและควบคุมโรคต่อไป

4. มาตรการป้องกันตนเองส่วนบุคคลสำหรับประชาชน

4.1 เลือกใช้อุปกรณ์ปกป้องระบบหายใจที่เหมาะสม

- กลุ่มเสี่ยงที่มีปัญหาทางสุขภาพ เช่นโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคระบบทางเดินหายใจ หลัองตั้งครรภ์ เป็นต้น ให้ปรึกษาแพทย์ในการใช้อุปกรณ์ปกป้องระบบหายใจที่เหมาะสม เนื่องจากลมหายใจเข้าออกผ่านยากขึ้นเนื่องจากแรงต้านภายในหน้ากาก อาจมีผลต่อการหายใจได้
- กลุ่มประชาชนทั่วไป เลือกใช้อุปกรณ์ปกป้องระบบหายใจ (หน้ากาก) ที่เหมาะสมที่สุดกับสภาพปัญหาและปัจจัยส่วนบุคคล

โดยทั้งนี้ อุปกรณ์ปกป้องระบบหายใจ (หน้ากาก) ที่เหมาะสมที่สุดสำหรับฝุ่นละอองหมอกควัน คือ

- อันดับที่ 1 หน้ากากชนิด N95 มีประสิทธิภาพในการกรองอนุภาคขนาดเล็ก 0.3 ไมครอนได้สูงถึง 95% สำหรับผู้ที่ควรใช้ คือ ผู้ที่ทำหน้าที่ดับไฟป่าและประชาชนที่อยู่ในพื้นที่ที่ประสบปัญหาหมอกควันอย่างมาก แต่ผู้ที่มีปัญหาโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคระบบทางเดินหายใจ ควรต้องปรึกษาแพทย์ก่อนเลือกใช้

- อันดับที่ 2 คือ หน้ากากที่ผ่านการทดสอบตามมาตรฐานยุโรป ชนิด P1 จะมีประสิทธิภาพในการกรองอนุภาคได้ 80% ทั้งนี้ราคาจะต่ำกว่าหน้ากากชนิด N95
- อันดับที่ 3 คือ หน้ากากอนามัยที่ใช้ในห้องผ่าตัด สามารถกรองอนุภาคขนาดเล็ก 5 ไมครอน ตัววัสดุมีประสิทธิภาพการกรองอยู่ที่ 50 – 70% ทั้งนี้ อาจมีปัญหาในเรื่องความกระชับในการสวมใส่ จึงควรมีความระมัดระวังในการสวมใส่ให้กระชับและแนบใบหน้าเป็นพิเศษ

หมายเหตุ หน้ากากทั้ง 3 ชนิดไม่ควรซักและนำกลับมาใช้ใหม่ แต่หากมีความจำเป็นจะต้องนำกลับมาใช้ใหม่ ควรตรวจสอบว่าไม่ชำรุดหรือสกปรก หากสวมใส่แล้ว พบว่า อึดอัดกว่าปกติหรือไม่สามารถป้องกันกลิ่นควันฝุ่นละอองได้ไม่ควรนำกลับมาใช้ใหม่

- 4.2. การงดกิจกรรมที่ทำให้เกิดการฟุ้งกระจายของฝุ่นในบ้าน เช่น ใช้ผ้าชุบน้ำทำความสะอาดแทนการกวาดบ้าน เป็นต้น
- 4.3. ควรหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายนอกบ้าน ถ้าจำเป็นควรลดเวลาการออกกำลังกาย หรือกิจกรรมที่ออกแรงหนัก เนื่องจากจะทำให้เกิดการเพิ่มการหายใจเอาปริมาณฝุ่นเข้าไปมากขึ้น
- 4.4. ในกรณีที่เกิดสถานการณ์หมอกควันรุนแรง อาจพิจารณาย้ายที่พักอาศัยไปที่อื่นชั่วคราว เช่น บ้านญาติหรือสถานที่ที่รัฐจัดให้ (หากในพื้นที่นั้นมีการจัดเตรียมไว้ให้) และกรณีผู้ที่มีโรคประจำตัวควรจัดเตรียมสำรองยาไว้ให้เพียงพอ และหากมีอาการผิดปกติควรพบแพทย์

5. มาตรการป้องกันหมอกควันในส่วนสถานที่

5.1 ศูนย์เด็กเล็กและโรงเรียน

- งดกิจกรรมกลางแจ้งทั้งหมดของเด็ก
- พี่เลี้ยงและครูควรสังเกตและดูแลอาการผิดปกติของเด็กเล็กที่มีโรคประจำตัว โดยเฉพาะผู้ที่มีอาการหรือเป็นโรคหอบหืดหรือภูมิแพ้
- การดูแลความสะอาดในอาคารอย่างสม่ำเสมอ งดกิจกรรมที่ทำให้เกิดการฟุ้งกระจายของฝุ่น ควรใช้ผ้าชุบน้ำทำความสะอาด

6. มาตรการดูแลรักษาพยาบาล

- รพ.สต. รพช.และรพท./รพศ. เตรียมเครื่องมืออุปกรณ์ในการดูแลรักษาพยาบาลให้พร้อม
- ให้มีทีม family care team ลงไปดูแลประชาชนที่มีความเสี่ยงสูง
- ติดตามเฝ้าระวังสุขภาพ และรวบรวมข้อมูลการเจ็บป่วย และการตายของ กลุ่มโรคที่เกี่ยวข้องทั้ง 4 กลุ่มอาการ ได้แก่ กลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือดทุกชนิด กลุ่มโรคทางเดินหายใจ กลุ่มโรคผิวหนังอักเสบ และกลุ่มโรคตาอักเสบ

7. มาตรการสื่อสารความเสี่ยง

- มีการสื่อสารข้อมูลคุณภาพอากาศให้กับประชาชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ โดยสืบค้นข้อมูลจากกรมควบคุมมลพิษ <http://air4thai.pcd.go.th/web> หรือประสานข้อมูลจากสำนักงานสิ่งแวดล้อมเขตในพื้นที่
- สื่อสารความเสี่ยงแก่ประชาชน ในการปฏิบัติตัวที่ถูกต้องเพื่อลดการสัมผัสหมอกควัน
- สื่อสารข้อมูลสภาวะสุขภาพของประชาชนที่ได้จากการรวบรวมผู้เข้ารับบริการในหน่วยบริการสาธารณสุขโดยเฉพาะ 4 กลุ่มอาการที่มีการเฝ้าระวัง ให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้รับทราบเพื่อเกิดประโยชน์ในการสร้างความร่วมมือการจัดการปัญหาหมอกควันในพื้นที่