

## โรคโควิด-19 (Covid-19) ข้อมูลสำหรับผู้ป่วย

เอกสารข้อมูลเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคติดต่อโดยเจ้าหน้าที่แพทย์ควบคุมโรคติดต่อ

### เหตุใดฉันจึงได้รับข้อมูลฉบับนี้

ผลการตรวจวินิจฉัยว่าคุณเป็นโรคโควิด-19 โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (SARS-CoV-2)

### โควิด-19 คืออะไร

โควิด-19 เป็นการติดเชื้อไวรัสที่มักจะมีอาการเพียงเล็กน้อย เช่น มีน้ำมูก, เจ็บคอ, ไอ และมีไข้ แต่ในบางรายจะมีอาการป่วยรุนแรงและจำเป็นต้องได้รับการรักษาในโรงพยาบาล. อาการอื่น ๆ ของโควิด-19 อาจจะมีอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ, ปวดศีรษะ, อ่อนเพลีย, ความรู้สึกในการรับกลิ่นและรสชาติจะน้อยลง และจะมีปัญหาเกี่ยวกับการทำงานของกระเพาะด้วยอาการท้องเสียได้

### โควิด-19 ติดได้อย่างไร

โควิด-19 ติดต่อกันอันดับแรกเลย จากการติดต่อใกล้ชิดระหว่างบุคคล ผ่านละอองน้ำหึ่งเล็กใหญ่ที่ออกมาจากช่องทางเดินหายใจ เมื่อคนที่ติดเชื้อ จาม ไอ พูดหรือหายใจออก ฝอยละอองน้ำจะกระจายไปตามสิ่งรอบตัว การติดเชื้อผ่านเข้าสู่ร่างกายได้ทั้งโดยการหายใจเข้า หรือจากการใช้มือที่ไม่สะอาดไปสัมผัสตา หรือเยื่อเมือกในช่องจมูกหรือช่องปาก ผู้ที่ติดเชื้อสามารถแพร่เชื้อไปติดผู้อื่นได้ตั้งแต่วันที่แสดงอาการ ระยะเวลาจากวันที่ติดเชื้อจนถึงวันที่แสดงอาการป่วย (ระยะฟักตัว) จะแตกต่างกันไปตั้งแต่ระหว่าง 2 วันถึง 14 วัน โดยทั่วไปจะอยู่ที่ 3 วันถึง 4 วัน

### ฉันจะแพร่เชื้อเป็นระยะเวลาเท่าใด

ช่วงเวลาที่คนแพร่เชื้ออาจแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล

คนที่ป่วยหนักมักจะแพร่เชื้อได้นานกว่าคนที่ป่วยเล็กน้อย

- ประเมินว่าคุณจะแพร่เชื้อได้เป็นเวลาอย่างน้อย 5 วันนับแต่วันแต่วันที่คุณมีอาการ หากโดยทั่วไปแล้วอาการของคุณไม่ดีขึ้น และไม่มีไข้ในช่วง 2 วันที่ผ่านมา คุณอาจแพร่เชื้อได้นานกว่า 5 วัน หากคุณยังมีอาการเพียงเล็กน้อย เช่น ไอกรน การรับรสและกลิ่นแย่งหลังจากผ่านไป 5 วัน ถือว่าคุณจะไม่แพร่เชื้ออีกต่อไป ถ้าหากคุณรับการตรวจหาเชื้อทั้ง ๆ ที่คุณไม่มีอาการใด ๆ ก็นับจากวันที่คุณตรวจหาเชื้อไป 5 วัน
- ช้อยกเว้นจากข้างต้น:  
หากคุณเป็นบุคลากรในระบบบริการสุขภาพที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีนอย่างน้อยสามเข็ม ถือว่าคุณสามารถแพร่เชื้อได้อย่างน้อย 7 วันหลังจากที่คุณป่วย ถ้าหากคุณรับการตรวจหาเชื้อทั้ง ๆ ที่คุณไม่มีอาการใด ๆ ก็นับจากวันที่คุณตรวจหาเชื้อไป 7 วัน
- หากคุณเป็นผู้ดูแลในบ้านพักพิเศษสำหรับผู้สูงอายุหรือคุณได้เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล แพทย์ของคุณสามารถให้ข้อมูลเกี่ยวกับระยะเวลาที่คุณอาจแพร่เชื้อได้ และในกรณีมีภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างรุนแรง

### ฉันต้องทำอะไรเพื่อป้องกันผู้อื่นจากการติดเชื้อ

- แนะนำให้คุณอยู่บ้านและหลีกเลี่ยงการสัมผัสใกล้ชิดกับผู้อื่นที่พบที่ว่าคุณแพร่เชื้อได้

- หากคุณเป็นบุคลากรในระบบบริการสุขภาพ ขอแนะนำให้แจ้งนายจ้างของคุณ

### **การติดตามโรคหมายถึงอะไร**

การติดตามโรคจะต้องดำเนินการในระบบบริการสุขภาพซึ่งมีผู้ที่มีความเสี่ยงที่จะป่วยหนักจากโรคโควิด-19 ดังนั้นคุณจึงมีหน้าที่ในการมีส่วนช่วยติดตามโรค ซึ่งจะต้องดำเนินการตามหาและแจ้งผู้ที่อาจติดเชื้อในระบบบริการสุขภาพ

### **ฉันจะอย่างไร ถ้าฉันต้องการรักษาโรคโควิด-19 หรือโรคอื่น ๆ**

- โทรไปที่หมายเลข 1177 หากคุณต้องการคำปรึกษาทางการแพทย์ จากนั้นคุณจะได้รับความช่วยเหลือในการประเมินอาการหรือความช่วยเหลือเกี่ยวกับสถานพยาบาลที่คุณสามารถขอเข้ารับการรักษาได้
- หากคุณจำเป็นต้องขอเข้ารับการรักษา สิ่งที่สำคัญคือต้องโทรติดต่อก่อน และอย่าไปที่คลินิกโดยตรง เพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้ผู้อื่นที่คลินิกติดเชื้อ เมื่อคุณโทรคุณจะได้รับคำแนะนำถึงวิธีที่คุณจะต้องปฏิบัติ
- กรณีป่วยอันตรายถึงแก่ชีวิต โทร 112