

คำแนะนำและมาตรการในการป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ และโรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ สำหรับสถานศึกษา

โดย กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค
วันที่ 11 พฤศจิกายน 2568

โรคไข้หวัดใหญ่เป็นโรคติดเชื้อของระบบทางเดินหายใจ มีการระบาดเป็นครั้งคราว เกิดได้ทุกเพศทุกวัย ทั้งเด็ก และผู้ใหญ่ โรคนี้มักมีอาการรุนแรงกว่าไข้หวัดธรรมดา และมีโอกาสเกิดการแทรกซ้อนได้มากกว่า อาการที่พบบ่อย คือ มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามร่างกาย อ่อนเพลีย สาเหตุเกิดจากเชื้อไวรัส (Influenza virus) โดยเชื้อไข้หวัดใหญ่ สามารถจำแนกสายพันธุ์ออกเป็น 3 ชนิด (type) คือ A, B และ C ระยะฟักตัว 1 - 4 วัน เฉลี่ย 2 วัน สามารถแพร่กระจายโดยการหายใจเอาเชื้อไวรัสในฝอยละอองน้ำมูก น้ำลาย จากการไอจามรดกันเข้าไป และได้รับเชื้อทางอ้อมผ่านทางมือจากการสัมผัสสิ่งของเครื่องใช้ร่วมกัน โดยเชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทางเยื่อจมูก ตา และปาก อาการของผู้ป่วยโรคไข้หวัดใหญ่ มีอาการแตกต่างกันตามอายุ โดยในกลุ่มเด็กโต และวัยรุ่นจะมีอาการของไข้สูงเฉียบพลัน (อุณหภูมิ 38 - 39 องศาเซลเซียส) หนาวสั่น ปวดเมื่อยตามตัว และกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะในบริเวณหลังต้นแขน ต้นขา มีน้ำมูกใส คัดจมูก ไอแห้ง เจ็บคอ และเบื่ออาหาร ส่วนในเด็กเล็กจะมีไข้สูง ร่วมกับอาการทางระบบอื่น เช่น ถ่ายเหลว คลื่นไส้อาเจียน และชักจากไข้สูง บางรายสามารถหายเองได้ใน 5 - 7 วัน หรือหากอาการไม่ดีขึ้นภายใน 48 ชั่วโมง ควรรีบพบแพทย์ทันที

สถานการณ์ในประเทศไทย ยังคงพบผู้ป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่อย่างต่อเนื่อง และมีการระบาดเป็นกลุ่มก้อนในสถานที่ที่มีการรวมตัวกันของคนหมู่มากอย่างต่อเนื่อง โดย ส่วนใหญ่พบในสถานศึกษา เรือนจำ และสถานที่ทำงาน เพื่อเป็นการลดการแพร่ระบาดจากโรคไข้หวัดใหญ่ ซึ่งจะส่งผลต่อการลดอัตราป่วย และการเสียชีวิตในภาพรวมของประเทศ สำหรับสถานศึกษาควรปฏิบัติตามคำแนะนำ และมาตรการ ดังต่อไปนี้

1. มาตรการด้านการเฝ้าระวัง และคัดกรองโรคไข้หวัดใหญ่

1. ครู/อาจารย์ในสถานศึกษา ดำเนินการเฝ้าระวัง และตรวจจับโรคไข้หวัดใหญ่อย่างใกล้ชิด หากพบนักเรียนมีอาการไข้ ไอ เจ็บคอ (อาการคล้ายไข้หวัดใหญ่) ให้ครู/อาจารย์ คัดกรองตามแบบคัดกรองที่กำหนด โดยช่วงที่มีการระบาดของโรคควรดำเนินการคัดกรองทุกวัน
2. หากพบนักเรียนที่สงสัยป่วย ควรแยกนักเรียนป่วย ออกจากกลุ่มนักเรียนที่ไม่ป่วย และแจ้งผู้ปกครองของนักเรียนทันที เพื่อพาไปพบแพทย์ ให้ได้รับการดูแลที่ถูกต้อง และเหมาะสม โดยผู้ปกครองพิจารณาให้หยุดเรียนตามคำแนะนำของแพทย์ อย่างน้อย 5 วัน หรือจนกว่าอาการจะดีขึ้น
3. หากพบนักเรียนที่สงสัยป่วยเป็นกลุ่มก้อน ตั้งแต่ 5 รายขึ้นไป ภายใน 1 สัปดาห์ในห้องเรียนเดียวกัน ให้แจ้งเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ เพื่อดำเนินการสอบสวนโรค ควบคุมโรค (ตามแนวทางของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค)

4. ช่วงที่มีการระบาดของโรคในสถานศึกษา หรือในพื้นที่ใกล้เคียง สถานศึกษาต้องดำเนินการคัดกรองทุกวันตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุข
5. หากพบมีนักเรียนป่วยเพิ่มมากขึ้น ควรพิจารณาปิดห้องเรียน หรือปิดโรงเรียน เพื่อชะลอการแพร่กระจายเชื้อโดยพิจารณาร่วมกัน ระหว่างผู้บริหารโรงเรียนและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่
6. ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่มีการสัมผัสร่วมกันมาก เช่น ลูกบิดประตู/ ราวบันได อย่างสม่ำเสมอ

2. มาตรการด้านการป้องกัน และควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่

1. สร้างเสริมความรู้เรื่องโรค การป้องกัน และควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ ในวิชาสุขศึกษา
2. ธารรงค์/สื่อสารประชาสัมพันธ์ความรู้เรื่องโรค การป้องกันควบคุมโรคไข้หวัดใหญ่ ให้กับนักเรียนอย่างทั่วถึง

3. มาตรการด้านการเตรียมความพร้อมรองรับการระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่

1. เสริมกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน และอบรมให้ความรู้ ฝึกทักษะต่าง ๆ ให้กับครู และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับโรคไข้หวัดใหญ่ ตลอดจนการเตรียมความพร้อม ฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรค พร้อมให้ความรู้กลุ่มเสี่ยง การได้รับวัคซีน อาการสำคัญที่ต้องไปพบแพทย์ และการกินยาให้ครบตามแพทย์สั่ง
2. จัดเตรียมห้องพยาบาล และสถานที่แยกโรค จัดสถานที่ และอำนวยความสะดวกในการป้องกัน การแพร่กระจายเชื้อโรค เช่น เจลแอลกอฮอล์ อ่างล้างมือพร้อมสบู่ หน้ากากอนามัยให้เพียงพอ
3. ครู/อาจารย์ ประสานกับหน่วยงานสาธารณสุข เช่น รพสต. สสอ. สสจ. เป็นต้น ในการธารรงค์/ประชาสัมพันธ์ ในสถานศึกษา
4. หากโรงเรียนมีการจัดกิจกรรมที่ต้องมีการรวมตัวของนักเรียนจำนวนมาก เช่น ปฐมนิเทศนักเรียนใหม่ กีฬาสี เข้าค่ายลูกเสือ เนตรนารี เป็นต้น แนะนำให้ครู/อาจารย์ และนักเรียน ควรปฏิบัติตามมาตรการ DMH อย่างเคร่งครัด

4. มาตรการด้านการดูแลรักษา

หากพบผู้ป่วยด้วยโรคไข้หวัดใหญ่ ครูและอาจารย์ควรแนะนำให้ผู้ป่วยครองพาไปพบแพทย์ เพื่อตรวจรักษา และเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคไข้หวัดใหญ่

5. มาตรการด้านการจัดการเมื่อเกิดการระบาดของโรค

1. ดำเนินการคัดกรองเด็กเพิ่มเติมที่เข้ากัณนิยามโรคไข้หวัดใหญ่ ของกองระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค
2. กรณีที่เป็นโรงเรียนประจำ/ เข้าค่ายค้างคืนหลายวัน หากพบผู้ป่วยสงสัย ควรแยกผู้ป่วยออกจากกลุ่มนักเรียน และให้บุคลากร/ นักเรียน ปฏิบัติตามมาตรการ DMH อย่างเคร่งครัด
