

# เตรียม ที่ทำงาน ให้พร้อม รับมือ โควิด 19

มาตรการที่ออกแบบมาเพื่อจำกัดการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในประเทศไทยได้ถูกผ่อนคลายลงแล้ว พนักงานหลายคนก็กำลังจะดิ้นรนกลับไปทำงาน ณ ที่ทำงานหลังจากที่ทำงานจากบ้านมาเป็นเวลาหลายสัปดาห์

สิ่งที่สำคัญมากที่จะช่วยป้องกันไม่ให้เกิดการติดเชื้อกลับมาเพิ่มขึ้นอีกจนต้องกลับไปใช้มาตรการที่เข้มงวดยิ่งกว่าเดิม คือ การจัดเตรียมที่ทำงานให้พร้อมสำหรับโรคโควิด 19



## วิธีง่าย ๆ ในการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในที่ทำงานของคุณมีดังนี้

- ดูแลรักษาที่ทำงานให้สะอาดและถูกสุขลักษณะ
  - เช็ดพื้นผิวและสิ่งของต่างๆ ด้วยยาฆ่าเชื้ออย่างสม่ำเสมอ
  - ส่งเสริมให้พนักงาน ผู้รับเหมา และลูกค้าล้างมือให้สะอาดหมดจดอย่างสม่ำเสมอ
  - จัดให้มีเครื่องกดเจลแอลกอฮอล์ในจุดที่สำคัญๆ รอบที่ทำงาน.
- ส่งเสริมสุขอนามัยทางเดินหายใจในที่ทำงาน
  - จัดให้มีหน้ากากหรือกระดาษทิชชูในที่ทำงานของคุณสำหรับผู้ที่ มีน้ำมูกไหลหรือไอในที่ทำงาน และมีถังขยะพร้อมฝาปิดเพื่อการกำจัดขยะอย่างถูกสุขลักษณะ
- แนะนำให้พนักงานและผู้รับเหมาศึกษาคำแนะนำในการเดินทางภายในประเทศก่อนเดินทางไปทำธุรกิจ
  - เผยแพร่และเน้นย้ำถึงหลักการที่ว่าประชาชนจำเป็นต้องอยู่ในบ้าน แม้ว่าพวกเขาจะมีการของโรคโควิด 19 เพียงเล็กน้อยก็ตาม



## วิธีจัดการความเสี่ยงจากโรคโควิด 19 เมื่อต้องประชุมและจัดกิจกรรม

### ก่อนการประชุม หรือการจัดงาน

- ศึกษาคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่ในชุมชนที่คุณวางแผนจะจัดประชุมหรือจัดงาน และปฏิบัติตามคำแนะนำดังกล่าว
- จัดทำและตกลงที่จะปฏิบัติตามแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อป้องกันการติดเชื้อในที่ประชุมหรืองานของคุณ
- จัดทำและตกลงที่จะปฏิบัติตามแผนรับมือในกรณีที่มีคนในที่ประชุมป่วยด้วยอาการของโรคโควิด 19
- ชี้แจงข้อมูลเกี่ยวกับโรคโควิด 19 และมาตรการที่ผู้จัดงานนำมาปฏิบัติเพื่อให้ผู้เข้าร่วมงานสามารถร่วมงานได้อย่างปลอดภัย
- จัดที่นั่งเพื่อให้ผู้เข้าร่วมงานนั่งห่างกันอย่างน้อย 1 เมตร
- เปิดหน้าต่างและประตูทุกครั้งที่ทำได้ เพื่อให้มีการระบายอากาศดี

### หลังการประชุม

- เก็บชื่อและรายละเอียดติดต่อของผู้เข้าร่วมทั้งหมดไว้เป็นเวลาอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อช่วยให้เจ้าหน้าที่สาธารณสุขสามารถสืบย้อนหาบุคคลได้หากจำเป็น
- หากมีบุคคลในที่ประชุมหรืองานถูกแยกตัวเพราะต้องสงสัยว่าป่วยเป็นโรคโควิด 19 ผู้จัดงานควรแจ้งให้ผู้เข้าร่วมทราบ



## 3 สิ่งที่ต้องพิจารณาเมื่อคุณและพนักงานต้องออกเดินทางก่อนเดินทาง

- องค์ประกอบของคุณควรประเมินประโยชน์และความเสี่ยงจากการเดินทางที่จะเกิดขึ้น โดยพิจารณาจากข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับโรคโควิด 19
- หลีกเลี่ยงการส่งพนักงานที่อาจมีความเสี่ยงสูงต่อการป่วยรุนแรง (เช่น พนักงานที่มีอายุมากและผู้ที่มิโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ และโรคปอด) ไปยังบริเวณที่มีการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19

### ขณะเดินทาง

- ส่งเสริมให้พนักงานล้างมือเป็นประจำ และอยู่ห่างจากผู้ที่กำลังไอหรือจามอย่างน้อย 1 เมตร
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าพนักงานรู้ว่าจะต้องทำอะไร และต้องติดต่อใครหากรู้สึกไม่สบายขณะเดินทาง
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าพนักงานของคุณปฏิบัติตามคำแนะนำจากหน่วยงานท้องถิ่น และมาตรการในท้องถิ่นที่พวกเขาต้องเดินทางไปเกี่ยวกับการเดินทาง การโยกย้าย หรือการประชุมขนาดใหญ่

### เมื่อคุณหรือพนักงานของคุณกลับจากการเดินทาง

- พนักงานที่กลับมาจากพื้นที่ที่มีการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ควรดูอาการของตนเองเป็นเวลา 14 วัน และวัดอุณหภูมิร่างกายวันละ 2 ครั้ง



## เตรียมที่ทำงานให้พร้อมในกรณีที่โรคโควิด 19 มาถึงชุมชนของคุณ

- จัดทำแผนการว่าต้องทำอะไรบ้าง หากมีผู้ป่วยที่น่าสงสัยว่าติดเชืโรคโควิด 19 ในที่ทำงานของคุณ
- สนับสนุนให้มีการทำงานทางไกลอย่างสม่ำเสมอทั่วทั้งองค์กรของคุณ
- จัดทำแผนฉุกเฉินและแผนความต่อเนื่องทางธุรกิจหากมีการระบาดในชุมชนที่ธุรกิจของคุณประกอบกิจการอยู่

## โปรดจำไว้

ขณะนี้คือเวลาในการเตรียมตัวรับมือโรคโควิด 19 การใส่ใจในข้อควรระวังที่ทำได้ต่างๆ และการวางแผนสามารถสร้างความแตกต่างที่ยิ่งใหญ่ และการลงมือทำกันจะเป็นการช่วยปกป้องพนักงานและธุรกิจของคุณ

หากต้องการอ่านเอกสารฉบับเต็ม โปรดไปที่:

<https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/advice-for-workplace-clean-19-03-2020.pdf>

