**แบบฟอร์มการตอบโต้ความเสี่ยงเพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ (RRHL)**

**ข้อสรุป : ข้อควรพิจารณาด้านสุขภาพจิตในช่วงการระบาดของ COVID19 คือหลีกเลี่ยงการรับข่าวสารที่มากเกินไปและควรให้กำลังใจบุคลากรทางการแพทย์**

**ข้อเท็จจริง :** ผู้ป่วยโควิด-19 คือ ผู้ป่วยที่กำลังได้รับการรักษาทางการแพทย์ เมื่อหายแล้วก็สามารถกลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ ส่วนบุคคลที่ต้องทำการกักตัว 14 วัน คือ บุคคลที่ต้องกักตัวเพื่อที่จะรอดูอาการเนื่องจากเดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยง และข่าวสารต่างๆ ที่เกี่ยวกับ Covid-19 ควรติดตามข่าวสารที่เป็นจริง
จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น กรมควบคุมโรค กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข เป็นต้น เพื่อการรับรู้ข่าวสารที่ถูกต้อง น่าเชื่อถือ ตามสถานการณ์

**ระดับผลกระทบ :**

1. การกระจายของข้อมูล : 3

2. ผลกระทบต่อสุขภาพ : 3

3. ผลกระทบต่อกลุ่มประชาชน : 3

4. ความขัดแย้งของข้อมูล : 3

5. Hot Issues : 4

6. กระทบต่อภาพลักษณ์ขององค์กร : 2

**ระดับความเสี่ยง** = 18 มีความเสี่ยงปานกลาง

**ข้อแนะนำ** : **ข้อควรพิจารณาด้านสุขภาพจิตในช่วงการระบาด COVID-19**

ประชาชนทั่วไป

1. หลีกเลี่ยงการกล่าวถึงผู้ป่วยด้วยถ้อยคำที่เน้นย้ำไปในทางลบ
2. หลีกเลี่ยงการรับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวลเป็นระยะเวลาต่อเนื่อง

บุคลากรทางการแพทย์

1. ปรับพฤติกรรมการใช้ชีวิตให้เกิดประโยชน์กับร่างกาย
2. มีการสื่อสารในบริบทที่เข้าใจง่ายและเหมาะสม โดยพยายามหลีกเลี่ยงรูปแบบการสื่อสารที่เป็นข้อมูลตัวอักษร

ผู้บริหาร/ผู้นำทีมโรงพยาบาล

1. ผู้บริหาร ควรดูแลปกป้องสภาวะจิตใจของผู้ปฏิบัติงานจากภาวะความเครียดเรื้อรัง
2. ผู้บริหาร ควรมีการสื่อสารที่หนักแน่นมั่นคง มีการแจ้งข้อมูลที่ถูกต้องทันต่อเหตุการณ์

ผู้ดูแลกลุ่มเด็กและผู้สูงอายุ

1. หลีกเลี่ยงการแยกเด็กออกจากพ่อแม่หรือผู้ดูแลโดยไม่จำเป็น หากจำเป็นต้องแยก ควรมีผู้ดูแลทดแทนที่เหมาะสม
2. ผู้สูงอายุ ควรดูแลด้านอารมณ์และจิตใจอย่างง่ายที่สามารถปฏิบัติเองได้
3. ให้ข้อมูลที่ชัดเจนเรียบง่ายและบอกวิธีปฏิบัติตัวที่สามารถเข้าใจได้ง่าย

ผู้ที่ต้องแยกตนเอง

1. แนะนำให้ยังคงมีปฏิสัมพันธ์กับโลกภายนอกผ่านเครือข่ายโซเชียล
2. การค้นหาข้อมูลต่างๆ ในการปฏิบัติตน ควรเลือกเป็นบางช่วงเวลา โดยศึกษาจากบุคลากรผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์ หลีกเลี่ยงการติดตามข่าวลือที่ทำให้ไม่สบายใจ

**หน่วยงานที่ตรวจสอบ :**ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

**วันที่พบข่าว/เหตุการณ์ :** 29 มีนาคม 2563

**แหล่งข้อมูลอ้างอิง :**

มาตรการในการป้องกันและควบคุม โรคโควิด-19 (COVID-19) : โดย ผศ. (พิเศษ) ดร.อุทิศ สุภาพ ได้ สืบค้นเมื่อวันที่ 29 มีนาคม 2563 จาก <https://www.matichon.co.th/article/news_2073848>
ค้นหาข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ได้จากเวปไซต์ องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้สืบค้นเมื่อวันที่ 28 มีนาคม 2563 จาก <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

คำแนะนำและแนวปฏิบัติจาก องค์การอนามัยโลก (WHO) เกี่ยวกับเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ได้ สืบค้นเมื่อวันที่ 28 มีนาคม 2563 จาก <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> และ <https://www.epi-win.com/>

**ผู้จัดทำ :** นางสาวกฤติกา ณ ลำปาง นักศึกษาฝึกงานคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง