www.printo.it/pediatric-rheumatology/TH/intro

คำแนะนำของ Pediatric Rheumatology European Society (PReS) เกี่ยวกับโคโรนาไวรัส (โควิด-19)

ฉบับแปลของ 2020

คำแนะนำของ Pediatric Rheumatology European Society (PReS) เกี่ยวกับโคโรนาไวรัส (โควิด-19)

คำแนะนำของ Pediatric Rheumatology European Society (PReS) เกี่ยวกับโคโรนาไวรัส (โควิด-19)

1. ติดตามข้อมูลและคำแนะนำในการปฏิบัติตัวให้ทันเหตุการณ์จากกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุขหรือรัฐบาล
2. ดูแลสุขอนามัยตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด
เนื่องจากเชื้อโคโรนาไวรัสสามารถอยู่บนพื้นผิวสัมผัสได้นานหลายชม.หรือหลายวัน ยกตัวอย่างเช่น ราวจับต่างๆ, ลูกบิดประตู, สวิตช์ไฟ, โทรศัพท์มือถือ, แป้นพิมพ์คอมพิวเตอร์, รีโมทคอนโทรล, กุญแจ, ปุ่มกดลิฟต์, ห้องน้ำ, อ่างล้างมือ, โต๊ะ, พนักเก้าอี้ ฯลฯ
การปฏิบัติตัวดังต่อไปนี้ จะช่วยรักษาสุขภาพของหนู ครอบครัวและเพื่อนๆ ของหนู
- ล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยน้ำและสบู่อย่างน้อย 20 วินาที และเช็ดมือให้แห้ง
- หลีกเลี่ยงการใช้มือจับหน้า หรือขยี้จมูก ขยี้ตา
- เวลาไอ จาม ให้ใช้ข้อพับหรือกระดาษทิชชู่ปิดปาก ปิดจมูก และทิ้งกระดาษทิชชู่ยังถังขยะที่เหมาะสม
- ใช้กระดาษชำระที่ใช้แล้วทิ้ง
- ใส่หน้ากากอนามัยถ้าหนูรู้สึกไม่สบาย เช่น เป็นหวัด หรือไปในที่ชุมชนหรือพื้นที่เสี่ยง
การใส่หน้ากากอนามัยอาจป้องกันไวรัสได้ไม่ทั้งหมด
แต่เป็นสิ่งดีที่คอยเตือนให้หนูไม่เอามือไปสัมผัสใบหน้า และเป็นการเตือนให้ผู้อื่นระวังว่าหนูป่วย
- ให้เว้นระยะห่างจากผู้อื่นประมาณ 1 เมตร โดยเฉพาะห่างจากคนที่เจ็บป่วย เช่น ไอหรือจาม
- ไม่ควรทักทายกันด้วยการกอดหรือจับมือ
3. สำหรับเด็กๆที่เป็นโรคข้อและโรคภูมิคุ้มกันทำร้ายตัวเองอื่นๆ ให้กินยาเดิมตามปกติ
4. อย่าหยุดยาเองโดยไม่ปรึกษาคุณหมอของหนูก่อน โดยเฉพาะ ยาเมโธเทรกเซท และยาในกลุ่มสารชีวภาพ เพราะอาจทำให้โรคกำเริบได้
5. ถ้าหนูกินยาสเตียรอยด์ ให้ปรึกษาคุณหมอของหนูเพื่อปรับยาตามความเหมาะสม
6. หากหนูโดนกักตัว แต่ยังไม่มีอาการ ให้กินยาตามเดิมก่อน

7. ในกรณีที่หนูมีไข้ และสงสัยภาวะติดเชื้อ ให้ทำตามคำแนะนำของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุขในการตรวจหาเชื้อโควิด-19 ในระหว่างนี้ให้หยุดยาเมโธเทรกเซท ส่วนยาในกลุ่มสารชีวภาพให้ปรึกษาคุณหมอของท่านก่อน
8. หากท่านมีนัดตรวจที่คลินิกโรคข้อและรูมาติสซั่ม ให้ปรึกษาคุณหมอของท่านว่าท่านจำเป็นต้องไปตามนัดหรือไม่ หรือสามารถเลื่อน หรือให้คำแนะนำทางโทรศัพท์ได้ ทั้งนี้ขึ้นกับระบบการดูแลผู้ป่วยของสถานพยาบาลแต่ละแห่ง
9. สำหรับทุกคน โดยเฉพาะผู้ป่วยโรคข้อและรูมาติสซั่ม ให้หลีกเลี่ยงการเดินทางที่ไม่จำเป็นและการเข้าไปในที่ชุมชนหรือที่ที่มีคนพลุกพล่าน
10. สุดท้ายนี้ขอให้หนูปลอดภัย มีสุขภาพแข็งแรง และสามารถกลับมาติดตามการรักษาได้ตามปกติในไม่ช้า
สามารถติดตามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ - EULAR website