

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍສໍາລັບຄູ່ມືການປ້ອງກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການລະບາດພະຍາດອັກເສບປອດຈາກ ເຊື້ອຈຸລະໂລກສາຍພັນໃໝ່ COVID-19 ໃນໂຮງຮຽນ

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍ A: ຄໍາແນະນຳກ່ຽວກັບການສະໜອງ ແລະ ການທຳຄວາມສະອາດ

ຄໍາແນະນຳກ່ຽວກັບການທຳຄວາມສະອາດ

ມັນເປັນສິ່ງທີ່ສໍາຄັນທີ່ຈະຕ້ອງທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອສະພາບແວດລ້ອມຂອງໂຮງຮຽນເປັນປະຈຳ. ການທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ການຂ້າເຊື້ອເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງວິທີການທັງໝົດໃນການປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ພາຍໃນໂຮງຮຽນ. ນີ້ແມ່ນຂໍ້ມູນບາງສ່ວນຈາກສູນກາງການຄວບຄຸມພະຍາດ (<https://www.cdc.gov/flu/school/cleaning.htm>) ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ພະນັກງານເຂົ້າໃຈຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງການທຳຄວາມສະອາດ, ການຂ້າເຊື້ອ ແລະ ການທຳຄວາມສະອາດໂດຍການຂ້າເຊື້ອ (Sanitizing).

ການທຳຄວາມສະອາດກຳຈັດເຊື້ອພະຍາດ, ຝຸ່ນ ແລະ ສິ່ງເປີເປື້ອນ ຈານພື້ນຜິວ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆ. ການທຳຄວາມສະອາດຈະເຮັດໄດ້ໂດຍນຳໃຊ້ສະບູ (ຫຼື ສານຊັກຟອກ) ແລະ ນໍ້າ ເພື່ອກຳຈັດເຊື້ອພະຍາດອອກຈາກພື້ນຜິວ. ຂະບວນການດັ່ງກ່າວນີ້ ບໍ່ສະເໜີວ່າຈະຂ້າເຊື້ອພະຍາດໄດ້ ແຕ່ວ່າການກຳຈັດເຊັ່ນນີ້ ຈະຊ່ວຍເຮັດໃຫ້ຈຳນວນຂອງພວກມັນ ແລະ ຄວາມສ່ຽງຂອງການແຜ່ກະຈາຍເຊື້ອຫຼຸດລົງ.

ການຂ້າເຊື້ອຈະຊ່ວຍຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ທີ່ຢູ່ເທິງພື້ນຜິວ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆ. ການຂ້າເຊື້ອເຮັດໄດ້ໂດຍການນຳໃຊ້ສານເຄມີເພື່ອຂ້າເຊື້ອພະຍາດຢູ່ເທິງພື້ນຜິວ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆ. ຂະບວນການດັ່ງກ່າວ ບໍ່ສະເໜີວ່າຈະເປັນການທຳຄວາມສະອາດພື້ນຜິວທີ່ເປີເປື້ອນ ຫຼື ຂ້າເຊື້ອພະຍາດ ແຕ່ວ່າການຂ້າເຊື້ອພະຍາດທີ່ຢູ່ເທິງພື້ນຜິວ ຫຼັງຈາກທີ່ເຮົາທຳຄວາມສະອາດແລ້ວ ຈະສາມາດຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງການແຜ່ເຊື້ອໄດ້.

ການທຳຄວາມສະອາດໂດຍການຂ້າເຊື້ອ ຊ່ວຍຫຼຸດຈຳນວນເຊື້ອພະຍາດ ເທິງພື້ນຜິວ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆ ໃຫ້ຢູ່ໃນລະດັບທີ່ປອດໄພ ຕາມມາດຕະຖານ ຫຼື ຂໍ້ກຳນົດດ້ານສາທາລະນະສຸກ. ຂະບວນການນີ້ເຮັດວຽກໂດຍການທຳຄວາມສະອາດ ຫຼື ຂ້າເຊື້ອພະຍາດຕ່າງໆ ຫຼື ສິ່ງຂອງຕ່າງໆ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງການແຜ່ກະຈາຍຂອງເຊື້ອພະຍາດ.

ນຳໃຊ້ ແລະ ເກັບຮັກສາຜະລິດຕະພັນຂ້າເຊື້ອຢ່າງຖືກຕ້ອງ, ເອົາໃຈໃສ່ກັບຄຳເຕືອນ ແລະ ຄໍາແນະນຳຕ່າງໆກ່ຽວກັບສິ່ງອັນຕະລາຍ ທີ່ເປັນກາໝາຍ ຫຼື ສະຕິກເກີທີ່ຕິດຢູ່ນຳສິນຄ້າ. ສິນຄ້າທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອພະຍາດຕ່າງໆ ມັກຈະໃຫ້ນຳໃຊ້ຖືກມື ຫຼື ສິ່ງປ້ອງກັນຕາ. ຕົວຢ່າງ: ຄວນໃສ່ຖົງມືຕະຫຼອດເວລາ ເມື່ອນຳໃຊ້ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດ. ບໍ່ຄວນປະສົມນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດ ແລະ ນ້ຳຢາຂ້າເຊື້ອໃສ່ກັນ ນອກຈາກວ່າກາຕິດສິນຄ້າໄດ້ລະບຸວ່າສາມາດເຮັດໄດ້ຢ່າງປອດໄພ. ການປະສົມນ້ຳຢາເຂົ້າກັນ (ເຊັ່ນວ່າ ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດຄໍລິນ ແລະ ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດອາໂມເນຍ) ສາມາດເປັນອັນຕະຫຼາຍເຖິງຂັ້ນບາດເຈັບຮຸນແຮງ ຫຼື ຄວາມຕາຍໄດ້.

ການສຶກຈຳນວນໜຶ່ງສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ ການນຳໃຊ້ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດສາມາດເຮັດໃຫ້ພູມຕ້ານທານຂອງເດັກນ້ອຍຕໍ່າລົງ, ສິ່ງສໍາຄັນແມ່ນຕ້ອງໃຫ້ນ້ຳຢາທຳຄວາມສະອາດແຫ້ງ ກ່ອນເດັກນ້ອຍໄດ້ສຳຜັດ ແລະ ໃຫ້ໝັ້ນໃຈສະເໜີວ່າມີການລະບາຍອາກາດອອກຢ່າງເໝາະສົມ.

(https://www.who.int/influenza/publications/public_health_measures/publication/en/)

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍສໍາລັບຄູ່ມືການປ້ອງກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການລະບາດພະຍາດອັກເສບປອດຈາກ ເຊື້ອຈຸລະໂລກສາຍພັນໃໝ່ COVID-19 ໃນໂຮງຮຽນ

ໃຫ້ໝັ້ນໃຈວ່າຜູ້ດູແລ, ຄູອາຈານ ແລະ ຄົນອື່ນໆ ທີ່ໃຊ້ນໍ້າຢາທໍາຄາມສະອາດ ແລະ ຂ້າເຊື້ອ ໄດ້ອ່ານ ແລະ ເຂົ້າໃຈຄໍາແນະນໍາທັງໝົດ ແລະ ເຂົ້າໃຈວິທີການນໍາໃຊ້ທີ່ເໝາະສົມ ແລະ ປອດໄພ. ຮັບປະກັນວ່າໄດ້ສະໜອງຂໍ້ມູນຄວາມປອດໄພ, ຄໍາແນະນໍາກ່ຽວກັບການໃຊ້ອຸປະກອນ ແລະ ມີການຝຶກອົບຮົມຕ່າງໆທີ່ນໍາໃຊ້ພາສາທີ່ເໝາະສົມ ແລະ ເຂົ້າໃຈໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທັງໝົດ.

ໂຮງຮຽນມັກນໍາໃຊ້ເປັນພື້ນທີ່ໃຫ້ບໍລິການແບບປະສົມປະສານ ດັ່ງນັ້ນ ໂຮງຮຽນຄວນຈະພິຈາລະນານໍາໃຊ້ອຸປະກອນຕ່າງໆລຸ່ມນີ້ ໃນໜວດໜູ່ຂອງນໍ້າສະອາດ, ສຸຂະພິບານ ແລະ ສຸຂະອະນາໄມ (WASH). ອຸປະກອນສ່ວນໃຫຍ່ສາມາດຊື້ໄດ້ໃນທ້ອງຖິ່ນ, ສ່ວນອຸປະກອນທີ່ອາດຈະບໍ່ມີໃນທ້ອງຖິ່ນ ໄດ້ຖືກໝາຍເປັນສັນຍາລັກ * ດັ່ງລຸ່ມນີ້:

ສູນການຮຽນນອກລະບົບຕ່າງໆ ຄວນຈະຈັດລໍາດັບຄວາມສໍາຄັນຂອງອຸປະກອນແຕ່ 1-3.

ຄໍາແນະນໍາກ່ຽວກັບອຸປະກອນ

	ໜວດໝູ່	ຄໍາອະທິບາຍກ່ຽວກັບອຸປະກອນ	ຄໍາເຫັນ
1	ຊຸມຊົນ	ສະບູກ້ອນທີ່ຫຸ້ມຫໍ່ຢ່າງດີ ນໍ້າໜັກປະມານ100-110g Soap, toilet, bar, approx.100-110g, wrapped	
2	ຊຸມຊົນ / ສຸຂະອະນາໄມ	ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອທໍາຄວາມສະອາດມີ ແບບປໍ້າ ທີ່ປະສົມທາດເຫຼົ້າ >60% 500ມລ	
3	ຊຸມຊົນ	ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບການອະນາໄມ, ອຸປະກອນສື່ສານການສຶກສາ ກ່ຽວກັບການລ້າງມື, ວິທີປະຕິບັດເວລາໄອ ແລະ ຈາມ, ການທໍາຄວາມສະອາດຄົວເຮືອນ (ໂພດສ໌ເຕີ, ສະຕິກເກີ, ແຜ່ນພັບ)	
4	ສຸຂະອະນາໄມ	ຮາງລ້າງມື (50-100 ລິດ ເປັນຖັງພ້ອມກ່ອກນໍ້າ ພ້ອມຖານວາງທີ່ເປັນໄມ້ ຫຼື ໂລຫະ)	ສາມາດນໍາໃຊ້ເປັນບ່ອນລ້າງມືໃນບ່ອນທີ່ມີຄົນຊຸມນຸມກັນຫຼາຍເຊັ່ນ (ຕະຫຼາດ, ໆລໆ)
5	ສຸຂະອະນາໄມ	ຖັງ 50 ລິດ ພ້ອມດ້ວຍຝາປິດ ສໍາລັບກະກຽມ/ເກັບຮັກສານໍ້າຢາຄໍລິນ ຖັງ 20 ລິດ ພ້ອມດ້ວຍຝາປິດສໍາລັບ ສໍາລັບກະກຽມ/ເກັບຮັກສານໍ້າຢາຄໍລິນ	
6	ສຸຂະອະນາໄມ	ອຸປະກອນທໍາຄວາມສະອາດ/ຂ້າເຊື້ອ (ນໍ້າຢາຂ້າເຊື້ອເຊິ່ງການຄ້າ, ສານຊັກຟອກ, ໄມ້ຖູພື້ນ, ຖັງ, ຄູ, ແປງຂັດ, ຖົງມືຍີ່ຫໍ້ລາເຕັກ, ໄມ້ກວາດຢາງທີ່ໃຊ້ກວດນໍ້າ, ໆລໆ)	
7	ສຸຂະອະນາໄມ	ແຟບ, 5 ກິໂລ	
8	ສຸຂະອະນາໄມ	ຜິງປຸນຂາວ (Lime powder)	

ເອກະສານຊ້ອນທ້າຍສໍາລັບຄູ່ມືການປ້ອງກັນ ແລະ ຄວບຄຸມການລະບາດພະຍາດອັກເສບປອດຈາກ ເຊື້ອຈຸລະໂລກສາຍພັນໃໝ່ COVID-19 ໃນໂຮງຮຽນ

9	ສຸຂະອະນາໄມ	ເຄວຊຽມໄຮໂປຄໍຣາຍ (Calcium hypochlorite) 65-70%	ໃຊ້ເພື່ອຂ້າເຊື້ອນໍ້າດື່ມ
10	ສຸຂະອະນາໄມ	ເຄື່ອງພິ່ນສະເປ 12 ລິດ	
11	ສຸຂະອະນາໄມ	ເຄື່ອງພິ່ນສະເປແບບພາຍຫຼັງ 20 ລິດ	
12	ສຸຂາພິບານ	ວິດນັ່ງ, ພາດສະຕິກ, ແບບບໍ່ມີໂຖ ຂະໜາດ w/o pan 120x80 ຊມ * ຜ້າຢາງກັນນໍ້າໃຊ້ມຸງຫຼັງຄາວິດ (Tarpaulin), ຂະ ໜາດ 4x5 ແມັດ	ໃນກໍລະນີທີ່ມີຄວາມຕ້ອງການໃນການນໍາ ໃຊ້ຫ້ອງນໍ້າຢ່າງຮີບດ່ວນ
13	ສຸຂາພິບານ	ປ້າດູດນໍ້າ (Desludging pump)	ຮັບປະກັນວ່າໃນຍາມຈໍາເປັນສາມາດ ເຮັດໃຫ້ຂຸມວິດ ແຫ້ງ/ ວ່າງເປົ່າໄດ້ໂດຍບໍ່ ອາໃສການບໍລິການຂອງລົດດູດສ່ວມ.
14	ນໍ້າ	ຖັງນໍ້າທີ່ ແຂງແຮງ ຜະລິດຈາກຢາງ ໂພລີເອທິລິນ (PolyEthylene) 500 ລິດ -> 2000 ລິດ ຖັງນໍ້າ, ພັບເກັບໄດ້ 1500 ລິດ*	ຮັບປະກັນເກັບຮັກສານໍ້າຢ່າງພຽງພໍ ໃນ ພື້ນທີ່ທີ່ການສະໜອງນໍ້າບໍ່ສະໜໍາສະເໝີ
15	ນໍ້າ	ຖັງ 20 ລິດ ພ້ອມຝາປິດ ແລະ ກ່ອກນໍ້າ ພ້ອມຖານວາງທີ່ ເປັນໄມ້/ໂລຫະ	