

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส COVID-19 ซึ่งเป็นโรคอุบัติใหม่มีการแพร่ระบาดตั้งแต่ปลายปี 2562 ต่อเนื่องถึงปัจจุบัน แม้ว่าประเทศไทยจะสามารถควบคุมสถานการณ์ดังกล่าวได้ดี จากการดำเนินมาตรการเชิงรุกของภาครัฐ อาทิ มาตรการในการตรวจโรคที่เข้มงวดมากขึ้นในกลุ่ม/พื้นที่ที่เสี่ยง โดยอาศัยกลไก อสม. ซึ่งทำให้จำนวนผู้ป่วยใหม่ลดลงเป็นลำดับ อย่างไรก็ตาม ยังคงมีประเด็นที่ต้องเฝ้าระวังผลกระทบต่อด้านสุขภาพจากสถานการณ์ COVID-19 อย่างใกล้ชิด ดังนี้

1. การเฝ้าระวังการกลับมาระบาดของหนักอีกครั้งของโรค COVID-19 จากบทเรียนของต่างประเทศ อาทิ ประเทศสิงคโปร์ ที่สามารถควบคุมการระบาดได้ดีในช่วงแรก แต่ต่อมาพบว่ามีแพร่ระบาดอย่างหนักอีกครั้ง จากการชะล่าใจของประชาชนที่ไม่ปฏิบัติตามมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) และอยู่รวมกลุ่มกันหรือมีกิจกรรมอย่างใกล้ชิด จนนำไปสู่การติดเชื้อจำนวนมากในหอพักแรงงานจากการอยู่กันอย่างแออัด และการผ่อนปรนมาตรการของภาครัฐที่เร็วเกินไป ซึ่งเป็นบทเรียนให้แก่ภาครัฐและประชาชนในประเทศไทยนำไปปรับใช้ และยังคงต้องเฝ้าระวังและดูแลตัวเอง รวมทั้งปฏิบัติตามมาตรการเว้นระยะห่างทางกายภาพ (Physical Distancing) อย่างต่อเนื่องไปอีกช่วงระยะเวลาหนึ่งโดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงช่วงอายุ 20-29 ปีที่มีอัตราการติดเชื้อสูงสุด รวมถึงยังมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ

2. โรคจากความเครียด ปัญหาทางจิต และการฆ่าตัวตาย จากสถานการณ์ปัญหา COVID-19 อาทิ ผลกระทบสถานะทางเศรษฐกิจ ความเครียดจากการกักตัวเองอยู่บ้านเป็นเวลานาน และการรับรู้ข่าวสารทั้งข่าวจริงและข่าวเท็จที่มากเกินไป จนทำให้เกิดภาวะความเครียด และอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย โดยจากข้อมูลของกรมสุขภาพจิต พบว่า ในช่วงเดือนมกราคม-กุมภาพันธ์ 2563 มีประชาชนโทรเข้าสายด่วนกรมสุขภาพจิต 1322 จำนวน 20 และ 39 สาย ตามลำดับ ในขณะที่ช่วงเดือนมีนาคม 2563 ซึ่งเป็นช่วงที่สถานการณ์ COVID-19 พบผู้ป่วยมากขึ้นนั้น มีประชาชนโทรเข้าสายด่วนกรมสุขภาพจิต 1322 เพิ่มขึ้นถึง 15 เท่า โดยมีการโทรปรึกษาถึง 600 สาย ซึ่งสาเหตุ 3 อันดับแรกที่มีการปรึกษา คือ เครียดวิตกกังวลร้อยละ 51.85 ผู้ป่วยจิตเวชเดิมร้อยละ 37.99 และสอบถามข้อมูลร้อยละ 6.57 ซึ่งจะต้องเฝ้าระวังภาวะความเครียดเพื่อไม่นำไปสู่การใช้ความรุนแรงกับตัวเอง และผู้อื่น รวมถึงการฆ่าตัวตาย

ภาครัฐโดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง “ตระหนัก แต่ไม่ตระหนก” และการนำเสนอสถานการณ์การแพร่ระบาดฯ และการให้ความรู้ในการดูแลตัวเองผ่านสำนักงานศูนย์บริหารสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในทุกวัน และกรมสุขภาพจิตได้จัดทำแอปพลิเคชัน Mental Health Check up สามารถตรวจสอบสุขภาพจิตใน 6 ด้าน คือ ความเครียด ภาวะซึมเศร้า ภาวะสมองเสื่อม ดัชนีวัดความสุข พลังสุขภาพจิต และความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีคำแนะนำเบื้องต้นหลังการประเมิน จัดทำคู่มือการดูแลสุขภาพจิตใจแก่ประชาชน เพื่อดูแลรักษาจิตใจ ความเครียดวิตกกังวล สร้างความเข้าใจเห็นใจซึ่งกันและกัน

3. การเฝ้าระวังโรคที่เกิดจากพฤติกรรม ในระหว่างการปฏิบัติตามมาตรการ “อยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ” ในช่วงสถานการณ์ COVID-19 อาทิ การบริโภคที่ไม่ระมัดระวัง และการมีกิจกรรมทางกายที่ลดลง ซึ่งจะนำไปสู่การเจ็บป่วยด้วยโรคที่ไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ในระยะยาว อาทิ โรคอ้วน โรคความดัน ทั้งนี้ สมาคมโภชนาการเพื่อการกีฬาและสุขภาพได้ให้คำแนะนำสำหรับการกักตัวอยู่บ้าน โดยการเลือกอาหารประเภทผัก และเนื้อสัตว์ที่สามารถเก็บไว้ได้นานแทนอาหารกระป๋อง หรือควรบริโภคอาหารที่มีสารอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย ลดการบริโภคอาหารที่มีโซเดียมสูง นอกจากนั้น ควรออกกำลังกายและให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว ไม่นิ่งอยู่กับที่เป็นเวลานานๆ

สถานการณ์การแพร่ระบาด COVID-19 ในประเทศไทย

การแพร่ระบาดของเชื้อโคโรนาไวรัสในประเทศไทยพบผู้ป่วยคนแรกในเดือนมกราคม จนกระทั่งในช่วงวันที่ 8-21 พฤษภาคม 2563 พบผู้ติดเชื้อรายใหม่รวม 45 คน คิดเป็น เฉลี่ย 3.2 คนต่อวัน โดยในภาพรวมมีผู้ป่วยสะสม 3,037 คน ผู้รักษาหายแล้ว 2,897 คน และผู้เสียชีวิต 56 คน ทั้งนี้ นับตั้งแต่พบการติดเชื้อเป็นกลุ่มใหญ่ รัฐบาลได้ออกมาตรการเพื่อควบคุมการแพร่ระบาดตามความรุนแรงของสถานการณ์ ได้แก่ การให้คำแนะนำการรักษาสุขภาพ สวมหน้ากากอนามัย และล้างมือบ่อยๆ มาตรการกำหนดให้เว้นระยะห่างทางสังคม มาตรการปิดสถานประกอบการ มาตรการหยุดการเดินทางระหว่างเมืองและระหว่างประเทศ และมาตรการประกาศภาวะฉุกเฉินห้ามออกนอกเคหสถานในช่วงกลางคืน เป็นลำดับ

ตาราง 10 มาตรการควบคุมการระบาดของโรค COVID-19 ที่สำคัญ

ช่วงเวลาประกาศ	มาตรการสำคัญ
1 มีนาคม 2563	ประกาศให้โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรค COVID-19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) เป็นโรคติดต่ออันตราย ตามพระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. 2558
5 มีนาคม 2563	ประกาศให้ประเทศเกาหลี จีน อิตาลี และอิหร่าน เป็นท้องถิ่นออกราชอาณาจักรที่เป็นเขตโรคติดต่ออันตรายกรณี "COVID-19"
22 มีนาคม-12 เมษายน 2563	ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานครประกาศสั่งปิด 26 สถานที่เสี่ยงเป็นการชั่วคราว
26 มีนาคม-30 เมษายน 2563	ประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินทั่วราชอาณาจักร ตามพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน เพื่อแก้ปัญหาการระบาดของ COVID-19
3 เมษายน 2563 เป็นต้นไป	ห้ามบุคคลออกนอกเคหสถานทั่วประเทศ ในช่วงเวลา 22.00-04.00 น.
1-31 พฤษภาคม 2563	ขยายพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉินออกไปอีก 1 เดือน

ที่มา: Timeline COVID-19, ไทยรัฐออนไลน์

แม้ว่าสถานการณ์การแพร่ระบาดจะปรับตัวขึ้นเป็นลำดับและพบผู้ติดเชื้อน้อยกว่า 10 คนต่อวันต่อเนื่อง ในช่วง 14 วันที่ผ่านมา อย่างไรก็ตาม กระทรวงสาธารณสุขยังคงเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง เพื่อไม่ให้กลับมาแพร่ระบาดเป็นระลอก 2 อีก โดยเฉพาะในช่วงที่มีการผ่อนคลายมาตรการควบคุมการระบาดฯ เพื่อให้กิจกรรมทางเศรษฐกิจสามารถดำเนินไปได้ โดยมีการผ่อนคลายมาตรการเป็นระยะๆ โดยในระยะแรก (ช่วงวันที่ 3 พฤษภาคม 2563) เริ่มเปิดให้กิจการบางประเภทสามารถดำเนินการได้ โดยมีเงื่อนไขการเว้นระยะห่างทางสังคม และการสวมหน้ากากอนามัย ได้แก่ ตลาด ร้านจำหน่ายอาหาร กิจการค้าปลีก-ส่ง กีฬาสันทนาการ ร้านตัดผม/เสริมสวย ร้านตัดขนสัตว์ และในระยะที่สอง มีการผ่อนปรนการเปิดกิจการของห้างสรรพสินค้า ฯลฯ

ตาราง 11 มาตรการผ่อนปรนประเภทและกิจกรรม

ระยะที่ 1 (เริ่ม 3 พฤษภาคม 2563)	ระยะที่ 2 (เริ่ม 17 พฤษภาคม 2563)
ตลาด ร้านจำหน่ายอาหาร กิจการค้าปลีก-ส่ง กีฬาสันทนาการ บางประเภท ร้านตัดผมเสริมสวย ร้านตัดขนสัตว์	ร้านอาหารในสำนักงาน เปิดห้างสรรพสินค้า (ยกเว้นโรงหนัง) ร้านค้าปลีก/ค้าส่งขนาดใหญ่ ร้านเสริมความงาม (ห้ามทำหน้า) สนามกีฬา (ยกเว้นสนามมวย) และกองถ่ายละคร (ไม่เกิน 50 คน)

ที่มา: ศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (ศบค.)

กองพัฒนาข้อมูลและตัวชี้วัดสังคม (กขส.)

สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

962 ถนนกรุงเกษม เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ 10100

ผู้ประสานงาน / Contact persons

หากต้องการทราบรายละเอียดเพิ่มเติม กรุณาสอบถามได้ที่

E-mails : Nipha@nesdc.go.th

โทร. 0-2280-4085 ต่อ 3605



<http://social.nesdc.go.th/>