

บทบาทของพยาบาลชุมชนในการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกัน การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ใน 8 ชุมชน พื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลรามาริบัติ

พัทสิมา ภัทรธีรานนท์¹ นิภาวรรณ ศรีโยหะ¹

พัชรกรพจน์ ศรีประสาร¹ รุ่งทิวา เสาวนีย์¹

¹ พยาบาลวิชาชีพ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาริบัติ มหาวิทยาลัยมหิดล

บทคัดย่อ

โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) เป็นโรคติดต่ออันตรายที่ส่งผลกระทบทางลบต่อระบบสุขภาพ เศรษฐกิจ และสังคมอย่างรุนแรงในหลายประเทศทั่วโลก พยาบาลชุมชนมีบทบาทในการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 รวมทั้งการเป็นผู้ให้ความรู้ การเป็นผู้ให้บริการสุขภาพ การเป็นผู้ พกัษสิทธิผู้ป่วย การเป็นผู้บริหารจัดการ การเป็นผู้ประสานงาน การเป็นผู้สร้างเสริมพลังอำนาจด้าน สุขภาพของบุคคลและชุมชน รวมถึงการให้ชุมชนดำเนินชีวิตบนความปกติใหม่หรือ New normal ได้ และ พื้นที่ในความดูแลของโรงพยาบาลรามาริบัติ ได้มีการดำเนินงานโดยพยาบาลชุมชนที่ปฏิบัติงานในพื้นที่ ร่วมกับผู้นำชุมชน และอาสาสมัครสาธารณสุขในการสร้างเสริมสุขภาพทั้งระดับบุคคล และระดับชุมชน การ ป้องกันโรคในชุมชนตามระดับการป้องกันโรค คือ ระดับปฐมภูมิ ทุติยภูมิ และตติยภูมิ ซึ่งบทบาทสำคัญของ พยาบาลชุมชนคือ เพื่อควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และคงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพที่ดี อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: บทบาทพยาบาลชุมชน/ การสร้างเสริมสุขภาพ/ การป้องกันโรค/ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019/ ความปกติใหม่

Corresponding author: นิภาวรรณ ศรีโยหะ, อีเมล: esafos123@gmail.com, โทร: 0972610305

Received: December 22, 2020; Revised: December 29, 2020; Accepted: March 8, 2021

Role of Community Nurses in Health Promotion and Prevention of Coronavirus 2019 Pandemic in 8 Community Responsible Area, Ramathibodi Hospital

Patsima Pattarateeranon¹, Nipawan Sriyoha¹,

Phatcharakoraphot Sreeprasarn¹, Rungtiwa Saowanee¹

¹Register Nurse, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University

Abstract

Coronavirus disease 2019 (COVID-19) is a dangerous communicable disease which affects health, economic and social systems in most countries all over the world. Community nurses have an important role on health promotion and prevention of Coronavirus disease 2019 in the community. In the responsible area of Ramathibodi hospital, community nurses make relationship with community leaders and public health volunteers. The community health promotion is encouraged to self-care in individual health approach and community health approach. The community prevention is encouraged by the level of disease preventions were primary prevention, secondary prevention and tertiary prevention. An important role of community nurses are educator, provider, manager, coordinator and health empower mentor to control the Coronavirus disease 2019 pandemic in people and communities for sustainable in good health.

Keywords: Role of Community Nurse/ Health Promotion/ Health Prevention/
Coronavirus disease 2019/ New normal

บทนำ

ในช่วงปลายปี พ.ศ. 2562 มีการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้ออุบัติใหม่ (Emerging Infectious Disease: EID) ที่ชื่อว่าโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Coronavirus disease 2019) โดยเริ่มระบาดในมณฑลฮั่นของประเทศจีนและมีการแพร่ระบาดไปยังประเทศอื่น ๆ ทั่วโลก ส่งผลกระทบต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม เศรษฐกิจและการเมือง¹ สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 มีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ได้ประกาศว่า การแพร่ระบาดของเชื้อดังกล่าวเป็นภัยพิบัติฉุกเฉินที่ทั่วโลกควรตระหนัก และได้ประกาศให้เป็นโรคระบาดทั่วโลก (Pandemic) เมื่อวันที่ 11 มีนาคม พ.ศ. 2563^{1,2} ขณะเดียวกันประเทศไทยได้ประกาศให้โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นโรคติดต่ออันตรายตามพระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. 2558 เพื่อยกระดับในการเฝ้าระวังป้องกันโรค ควบคุมโรค และสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน³ จากรายงานสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในวันที่ 30 พฤศจิกายน พ.ศ. 2563 พบว่า มีรายงานการระบาดทั่วโลก 219 ประเทศ มีจำนวนผู้ป่วยยืนยัน 62,363,527 ราย และจำนวนผู้เสียชีวิต 1,456,687 ราย⁴ สำหรับประเทศไทย พบจำนวนผู้ป่วยยืนยัน 3,998 ราย จำนวนผู้เสียชีวิต 60 ราย จำนวนผู้ที่รักษาหายสามารถกลับบ้าน 3,803 ราย⁵ การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 นอกจากจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชากรโลกโดยตรงแล้วยังส่งผลให้เศรษฐกิจโลกมีแนวโน้มเข้าสู่ภาวะถดถอย รายได้และกำลังซื้อที่ลดลงรุนแรง โดยกองทุนการเงินระหว่างประเทศ (International Monetary Fund: IMF) ได้ประเมินมูลค่าความเสียหายต่อเศรษฐกิจโลกในปี พ.ศ. 2563 และ 2564 ไว้สูงถึงกว่า 9 ล้านล้านดอลลาร์ เศรษฐกิจของกลุ่มประเทศอาเซียนจะลดลงร้อยละ 2.1 ประเทศไทยจะได้รับผลกระทบมากที่สุดในกลุ่มประเทศอาเซียน โดยเฉพาะธุรกิจเกี่ยวกับการท่องเที่ยวจากปริมาณนักท่องเที่ยวที่ลดลงถึงร้อยละ 60^{6,7}

จะเห็นได้ว่าสถานการณ์ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ส่งผลกระทบต่อประชาชนทั้งทางตรงและทางอ้อม ดังนั้น การป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคให้มีประสิทธิภาพอย่างเร่งด่วนจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพื่อให้สถานการณ์โลกกลับเข้าสู่สภาวะปกติโดยเร็ว

โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นโรคติดเชื้อทางเดินหายใจชนิดหนึ่ง โรคนี้ถูกพบครั้งแรกที่เมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน มีเชื้อโรคที่เป็นสาเหตุคือไวรัสที่มีชื่อว่า Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV2) หรือที่เรียกว่า โคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ 2019 (2019-nCoV)⁸ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สามารถติดต่อได้จากคนสู่คนจากละอองฝอยผ่านการไอ จาม และสัมผัสสารคัดหลั่ง แล้วมาสัมผัสบริเวณเยื่อเมือกของร่างกาย เช่น จมูก ปาก และตา อาการแสดงของการติดเชื้อสามารถพบได้ตั้งแต่เล็กน้อยไปจนรุนแรงถึงเสียชีวิต คือ ไข้ ไอ เจ็บคอ หายใจหอบเหนื่อย หายใจลำบาก บางรายอาจมีอาการเจ็บแน่นหน้าอก หรือรุนแรงไปถึงปอดอักเสบ ระบบหายใจล้มเหลว และเสียชีวิตในที่สุด ปัจจุบันยังไม่มีการรักษาที่เฉพาะต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทีมผู้รักษาจะพิจารณาใช้แนวทางการรักษาตามข้อควรคำนึงโลกแนะนำโดยพิจารณาใช้ยารักษาโรคมาลาเรีย ยาต้านไวรัสเอชไอวี หรือยาฟาวิพิราเวียร์ (Favipiravir) รักษาจนผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น สำหรับผู้ป่วยที่อาการแย่มากเกิดจากเชื้อเข้าไปทำลายเนื้อเยื่อปอดส่งผลให้มีอาการเหนื่อย ทีมผู้รักษาจะพิจารณาใช้เครื่องช่วยหายใจร่วมด้วยจนผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น จากรายงานการศึกษาทั่วโลกพบว่าผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มีอาการรุนแรงจนเสียชีวิตมักเป็นผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัว และมีพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การสูบบุหรี่ โดยเชื้อจะมุ่งเข้าทำลายเนื้อเยื่อปอด การฟื้นตัวของเนื้อเยื่อปอดและสมรรถภาพปอดไม่ดี ส่งผลให้ระบบหายใจล้มเหลวและเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตในที่สุด⁹ จะเห็นได้ว่าโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ส่งผลกระทบต่อร่างกายของผู้ติดเชื้อเป็นอย่างมาก การสร้างเสริมสุขภาพเพื่อป้องกันโรคและควบคุมการแพร่ระบาดของเชื้อ

จึงเป็นหน้าที่ที่สำคัญและเร่งด่วนของทุกภาคส่วน โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคลากรทางการแพทย์ที่มีหน้าที่โดยตรงในการดูแล ป้องกัน และส่งเสริมสุขภาพประชาชน

วัตถุประสงค์

เพื่อนำเสนอบทบาทของพยาบาลชุมชนในการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในชุมชนพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลรามารามิบัติ

การดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ใน 8 ชุมชนพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลรามารามิบัติ

ศูนย์สุขภาพชุมชน ขอยสวณเงิน สังกัดงานการพยาบาลป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพ ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลรามารามิบัติ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามารามิบัติ มีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาโรค และการฟื้นฟูสภาพ ดำเนินการให้บริการประชาชนโดยพยาบาลวิชาชีพ ครอบคลุมพื้นที่รับผิดชอบ 8 ชุมชนในเขตราชเทวี ประกอบด้วย ชุมชนขอยสวณเงิน ชุมชนส่วนหน้าวัดมะกอก ชุมชนแดง-บุหงา ชุมชนเพชรบุรีซอย 7 ชุมชนหลังกรมทางหลวง ชุมชนมันสิน ชุมชนโค้งรถไฟยมราช และชุมชนสระแก้ว ได้ตระหนักและให้ความสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จึงได้กำหนดมาตรการและแนวทางเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรค โดยการคัดกรองโรคตั้งแต่เริ่มมีการระบาดของโรคในประเทศไทย ร่วมกับการทำงานผ่านเครือข่ายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามารามิบัติ โรงเรียนพยาบาลรามารามิบัติ ศูนย์บริการสาธารณสุข 2 วัดมิ่งกะสัน สำนักงานเขตราชเทวี ผู้นำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุข และประชาชน เพื่อการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง ป้องกันการติดเชื้อและการแพร่กระจายเชื้อ สำหรับผู้ที่มีประวัติสัมผัสกลุ่มเสี่ยงหรือผู้ป่วยสามารถได้รับ

การตรวจคัดกรองเพื่อเข้าสู่กระบวนการรักษาได้ทันทีที่ ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ศูนย์สุขภาพชุมชน ขอยสวณเงิน ได้ดำเนินการตามนโยบายของภาครัฐอย่างเร่งด่วน มุ่งเน้นการดำเนินการร่วมกับชุมชนในการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนและป้องกันการระบาดของโรคอย่างเคร่งครัดและมีประสิทธิภาพ ซึ่งก่อนการระบาดของโรคจะมีการดำเนินการดังกล่าวมาอย่างต่อเนื่อง ภายหลังจึงมีการปรับรูปแบบการดำเนินงานให้มีความเหมาะสมกับมาตรการของภาครัฐและความปกติใหม่ (New normal) ซึ่งแนวทางการดำเนินการ มีดังนี้

1. การสร้างเสริมสุขภาพชุมชน จากการทบทวนวรรณกรรมมุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนทุกกลุ่มอายุ สร้างทักษะให้บุคคล ชุมชน สังคม สามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้ทั้งยามปกติและเมื่อเกิดการเจ็บป่วย แนวทางการสร้างเสริมสุขภาพชุมชนประกอบด้วย

1.1 การสร้างเสริมสุขภาพกาย เป็นการปฏิบัติตนเพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกายให้มีสภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง มีการเจริญเติบโตอย่างเหมาะสม ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ตามหลัก FERS ประกอบด้วย 1) อาหาร (Food) คือ ดื่มน้ำให้เพียงพอ กินครบ 5 หมู่ เน้นผักผลไม้ ถ้าเลือกได้ให้กินผักให้ครบ 5 สี กินผักผลไม้ตามรสสมุนไพร 5 รส (ขม ฝาด เปรี้ยว เผ็ดร้อน จืด) 2) ออกกำลังกาย (Exercise) เป็นการออกกำลังกายที่ใช้ออกซิเจน (Aerobic exercise) โดยให้มีความนาน 15-30 นาทีขึ้นไป 3) การหายใจ (Respiration) เข้าลึก-ออกลึกช้า ๆ สม่ำเสมอ จะทำให้หมุนเวียนอากาศเก่าออกดี อากาศใหม่เข้าดี 4) การนอนหลับ (Sleeping) 6-8 ชั่วโมง มีการหลับที่ครบวงจรทั้งหลับตื้น หลับลึก หลับฝัน ควรหลับลึกติดต่อกันสัก 1-2 ชั่วโมง¹⁰

1.2 การสร้างเสริมสุขภาพจิต เป็นการปฏิบัติตัวเพื่อเสริมสร้างสุขภาพจิตให้มีจิตใจที่ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีอารมณ์แจ่มใส มีสติ

สามารถจัดการกับความเครียดได้โดยการมองโลกในแง่ดี ผึกคิดในทางบวก รู้จักวิธีการจัดการความเครียด

1.3 การสร้างเสริมสุขภาพทางสังคมสามารถทำได้โดยมีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์ให้เกิดสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพและสังคมที่เหมาะสมทั้งทางด้านกายภาพและจิตใจ

1.4 การสร้างเสริมสุขภาพทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ ทำได้โดยการยึดมั่นในหลักศาสนาและวัฒนธรรมที่ดีงาม ลด ละ เลิกพฤติกรรมที่เสี่ยงทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ

การปรับเปลี่ยนรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามความปกติใหม่ในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 การทำงานสร้างเสริมสุขภาพในชุมชนจะมุ่งเน้นการพัฒนาสุขภาพในระดับบุคคลและชุมชน โดยรูปแบบการทำงานด้านสุขภาพในระดับบุคคล (The individual health approach) มุ่งหมายที่จะพัฒนาศักยภาพด้านสุขภาพของบุคคลโดยตรงทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งและมีความสามารถที่จะแก้ไขปัญหาสุขภาพตลอดจนสามารถเผชิญกับสถานการณ์ชีวิตและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การเพิ่มความเข้มแข็งของร่างกายและระบบภูมิคุ้มกันเพิ่มแรงจูงใจในการดูแลสุขภาพและเพิ่มองค์ความรู้ด้านสุขภาพหลักเลี้ยงปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ เช่น เหล้า บุหรี่โดยผ่านวิธีการคัดกรองกับประชาชนในชุมชน การให้คำปรึกษาและการให้ข้อมูลความรู้การดูแลตนเองและรูปแบบการทำงานด้านสุขภาพในระดับชุมชน (The community health approach) มุ่งตรงต่อการเพิ่มศักยภาพของระบบนิเวศน์เชิงสังคม (Socio-ecological system) ให้ดีขึ้นอันจะทำให้เกิดสิ่งแวดล้อมที่ดีต่อสุขภาพลดอันตรายและลดความเสี่ยงด้านสุขภาพชุมชนทรัพยากรที่ยั่งยืน เปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมโดยเน้นให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตเพื่อให้เหมาะสมกับตนเองและชุมชน อีกทั้งได้มีการใช้กระบวนการสร้างเสริมสุขภาพชุมชนมุ่งเน้นให้ความสำคัญกับบุคคลหรือประชาชนที่สามารถบ่งบอกถึงความต้องการของตนเอง

จนสามารถปรับตนเองกับสิ่งแวดล้อมได้ โดยทั้งรูปแบบการทำงานด้านสุขภาพและกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพ มีเป้าหมายเดียวกันคือ เพื่อสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพ สร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวย เพิ่มความเข้มแข็งให้กับชุมชน พัฒนาทักษะของบุคคล และการปรับเปลี่ยนบริการด้านสาธารณสุข ซึ่งกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพชุมชนตามความปกติใหม่ มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การประเมินความต้องการของชุมชน เพื่อค้นหาปัญหาและความต้องการของชุมชน โดยประสานงานผ่านประธานชุมชนและอาสาสมัครสาธารณสุขในแต่ละชุมชนสอบถามปัญหาและความต้องการจากสมาชิกในชุมชน

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์ปัญหา วินิจฉัยชุมชน เพื่อลำดับความสำคัญของปัญหาและความต้องการที่พบในชุมชน โดยในขณะที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ประชาชนในแต่ละชุมชนขาดความรู้เรื่องโรค ข้อมูลข่าวสาร วิธีการป้องกันตนเอง และขาดอุปกรณ์สำหรับป้องกันตนเอง ปัญหาการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จึงสอดคล้องกับความต้องการของชุมชนมากที่สุด

ขั้นตอนที่ 3 การวางแผน โดยทำร่วมกับชุมชน กำหนดโครงการสร้างเสริมสุขภาพต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับปัญหาความต้องการของประชาชนทุกช่วงวัยตามกลุ่มเป้าหมายปรับเปลี่ยนไปตามความเหมาะสมของแต่ละชุมชน

ขั้นตอนที่ 4 การดำเนินงาน โดยดำเนินงานร่วมกับประธานชุมชนรวมถึงอาสาสมัครสาธารณสุขทั้ง 8 ชุมชน โดยพยาบาลติดต่อให้ประธานชุมชนเป็นผู้ประชาสัมพันธ์เสียงตามสายให้ชาวบ้านได้รับทราบวันและเวลาในการเข้าคัดกรองสุขภาพ แจกเอกสารแผ่นพับความรู้ การปฏิบัติตัว การป้องกันและลดการแพร่กระจายเชื้อ โดยได้เก็บข้อมูลการรับรู้ข้อมูลทั่วไปและการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ส่งต่อข่าวสารในกลุ่มไลน์ (Line) และเฟซบุ๊ก (Facebook) ศูนย์สุขภาพ

ชุมชน รวมทั้งได้แจกจ่ายหน้ากากอนามัย และ แอลกอฮอล์เจล 70 % แจกให้แก่ประชาชนที่มา รับการคัดกรอง โดยประสานงานร่วมกับภาคี เครือข่ายสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เช่น โรงพยาบาล รามาธิบดี โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี ศูนย์บริการสาธารณสุขเขต 2 เป็นต้น ที่มีส่วน สนับสนุนทรัพยากรต่าง ๆ

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินผลโครงการ เพื่อประเมินผลการดำเนินงาน การประเมินผลที่ ได้จะแสดงออกมาในรูปของตัวเลขการรับรู้ข้อมูล ทั่วไป การปฏิบัติตัว การป้องกันและลดการ แพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของ ประชาชนในแต่ละชุมชนทั้ง 8 ชุมชน

2. การป้องกันโรคในชุมชน พฤติกรรมการ ป้องกันโรคของบุคคลอธิบายจากแนวคิดแบบ แผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health belief model) มุ่งองค์ประกอบคือ การรับรู้โอกาสเสี่ยง ของการเกิดโรค การรับรู้ความรุนแรงของโรค การรับรู้ประโยชน์ของการรักษาและป้องกันโรค และการรับรู้อุปสรรคในการป้องกันและรักษาโรค ดังนั้น เมื่อบุคคลรับรู้ความรุนแรงของโรคก็จะ ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันการติดเชื้อ¹¹ ดังนั้น ประชาชนในชุมชนควรได้ทราบข้อมูลของโรค การแพร่กระจายเชื้อ และแนวทางการป้องกัน เพื่อให้มีความพร้อมในการรองรับการระบาดที่ เกิดขึ้น โดยจะแบ่งการป้องกันโรคเป็น 3 ระดับ ดังนี้ ระดับที่ 1 การป้องกันโรคล่วงหน้า (Primary prevention) ระดับที่ 2 การป้องกัน ในระยะเกิดโรค (Secondary prevention) และ ระดับที่ 3 การป้องกันการเกิดภาวะพิการและ การไร้สมรรถภาพ (Tertiary prevention)¹² ซึ่ง กระบวนการป้องกันโรคในชุมชนตามความปกติ ใหม่ มีดังนี้

1. Primary prevention คือ การป้องกัน โรคก่อนระยะที่โรคเกิดเป็นวิธีการที่ยอมรับกัน ทั่วไปว่ามีประสิทธิภาพมากที่สุด ประหยัดที่สุด และได้ผลมากที่สุดกว่าการป้องกันและควบคุม โรคระดับอื่น ๆ วัตถุประสงค์หลักของการป้องกัน โรคล่วงหน้า คือการปรับสภาพความเป็นอยู่ของ ประชาชนในชุมชน หรือการปรับปรุงภาวะ

สิ่งแวดล้อมหรือทั้งสองประการร่วมกัน เพื่อลด การเกิดภาวะของโรคต่าง ๆ โดยการป้องกันโรค ในระยะนี้สอดคล้องกับบทบาทของพยาบาล ชุมชนในด้านการส่งเสริมสุขภาพอนามัยของ ประชาชนในชุมชนให้สมบูรณ์ทั้งร่างกายและ จิตใจ มีความต้านทานต่อโรคต่าง ๆ ให้มากที่สุด การปรับปรุงสุขภาพิบาลสิ่งแวดล้อมให้ถูก สุขลักษณะ เพื่อป้องกันไม่ให้มีพาหะและสื่อ นำโรค ทั้งนี้เพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อที่ สามารถเกิดขึ้นได้ ได้แก่

1.1 การให้สุขศึกษาเกี่ยวกับความรู้ เรื่องโรค การป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ พฤติกรรมการ ดำเนินชีวิต และการปฏิบัติงานให้ถูกหลักสุข วิทยาส่วนบุคคลและชุมชน โดยการป้องกันการ แพร่เชื้อมีความจำเป็นมากสำหรับโรคติดต่อที่มี การแพร่กระจายจากบุคคลไปสู่บุคคล โดยเชื่อ สามารถปะปนไปกับอากาศผ่านการไอ จาม การ สัมผัส การอยู่ใกล้ชิด และทำกิจกรรมร่วมกัน ภายหลังเกิดการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส โคโรนา 2019 ได้เกิดเป็นความปกติใหม่ เช่น การทำงานที่บ้าน (Work from home) การศึกษาออนไลน์ การซื้อขายสินค้า อาหาร และบริการผ่านระบบออนไลน์ การตรวจด้วย ระบบแพทย์ทางไกล (Telemedicine) การเว้น ระยะห่างทางสังคม (Social distancing) และ การล้างมือด้วยน้ำสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล 70% หรือการสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่อยู่ในที่ สาธารณะ¹³

1.2 การจัดโภชนาการให้ถูกต้องตาม มาตรฐาน เหมาะสมกับกลุ่มอายุ กลุ่มโรคและ ภาวะความต้องการของบุคคลในชุมชน เช่น ทารก เด็กเล็ก วัยรุ่น วัยชรา หญิงมีครรภ์ แม่ระยะให้นมลูก หรือผู้ป่วยด้วยโรคบางชนิดที่มี ความต้องการอาหารพิเศษเฉพาะโรค

1.3 การให้ภูมิคุ้มกันโรคเพื่อป้องกัน โรคติดต่อต่าง ๆ ที่สามารถป้องกันได้ แม้ว่าใน ปัจจุบันยังไม่มีวัคซีนป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 แต่บุคคลสามารถป้องกันตนเองได้โดย การใช้วัคซีนภูมิคุ้มกันโรคขั้นพื้นฐานสำหรับ

กลุ่มเสี่ยง เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรคปอดอักเสบ เป็นต้น

1.4 การจัดให้มีบริการด้านให้คำปรึกษา ส่งเสริมสุขภาพจิต เนื่องจากการแพร่ระบาดส่งผลกระทบเป็นวงกว้างและนอกจากจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพแล้วยังส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและห่วงโซ่อาหาร พยาบาลชุมชนจึงมีบทบาทสำคัญในการประเมิน และคัดกรองภาวะเสี่ยงต่อโรคซึมเศร้าด้วยแบบคัดกรองโรคซึมเศร้าและโภชนาการ

2. Secondary prevention คือ การป้องกันในระยะมีโรคเกิดขึ้นแล้ว กิจกรรมที่สำคัญคือการระงับกระบวนการดำเนินของโรค การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไปยังบุคคลอื่น ๆ ในชุมชน และการลดการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นในชุมชนให้น้อยลงและหายไปเร็วที่สุด ซึ่งกิจกรรมการป้องกันระยะมีโรคเกิด มีดังนี้

2.1 การค้นหาผู้ป่วยให้ได้ในระยะเริ่มแรก นับว่าเป็นการป้องกันและควบคุมโรคที่ดีและมีประสิทธิภาพมากที่สุด โดยเฉพาะในกรณีโรคติดต่อไวรัสโคโรนา 2019 ที่เกิดขึ้นเป็นโรคติดต่อที่ร้ายแรงและสามารถแพร่กระจายเชื้อไปยังบุคคลอื่น ๆ ในชุมชนได้ง่ายและรวดเร็ว การที่สามารถค้นหาผู้ป่วยได้ในระยะเริ่มแรกที่อาการและโรคยังไม่แพร่กระจายไปยังบุคคลอื่น จะทำให้สามารถระงับกระบวนการแพร่กระจายของโรคได้ เพื่อให้การรักษาได้ถูกต้อง และสามารถป้องกันมิให้โรคติดต่อไปยังบุคคลอื่นเพิ่มขึ้น รวมทั้งสามารถป้องกันโรคแทรกซ้อนและผลเสียที่อาจเกิดตามมา เป็นผลให้เกิดการไร้สมรรถภาพและความพิการลดน้อยลงได้

2.2 การวินิจฉัยโรคและให้การรักษาทันที โดยการตรวจเพื่อยืนยันการติดเชื้อใช้การเก็บตัวอย่างจากโพรงจมูก (Nasopharyngeal swab) หรือการเก็บตัวอย่างจากช่องปาก (Oropharyngeal swab) และรักษาผู้ป่วยตามอาการร่วมกับการให้ยาตามแนวทางการรักษา⁹ การวินิจฉัยและรักษาอย่างรวดเร็ว ทำให้สามารถป้องกันผลเสียและโรคแทรกซ้อนที่เกิดตามมาได้เป็นอย่างดี และการรักษายังมีผลในด้านการ

กำจัดแหล่งแพร่โรคหรือบ่งเกิดโรคซึ่งอยู่ในตัวผู้ป่วยได้ด้วย

2.3 การเพิ่มความต้านทานต่อโรคให้แก่บุคคลหรือชุมชน เพื่อให้บุคคลในชุมชนมีความต้านทานต่อโรคที่เกิดขึ้น ที่สามารถจะป้องกันได้โดยการใช้วัคซีน ควบคุมไปกับการให้สุขศึกษาแก่ชุมชน เมื่อมีโรคเกิดขึ้นในชุมชน โดยเฉพาะในด้านการปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันมิให้เกิดโรคขึ้น การระมัดระวังในเรื่องอาหาร การระวังและหลีกเลี่ยงจากการติดต่อหรือสัมผัสกับผู้ป่วย การอยู่ในสถานที่แออัด การระมัดระวังในด้านสุขภาพร่างกาย เช่น การล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล 70%

2.4 การใช้กฎหมายสาธารณสุขสามารถดำเนินการได้รวดเร็วมีประสิทธิภาพ เช่น กระทรวงสาธารณสุขออกประกาศให้โรคติดต่อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นโรคติดต่ออันตรายตาม พ.ร.บ. โรคติดต่อ ปี 2558 เพื่อประโยชน์ในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และควบคุมโรคติดต่ออันตราย ผลของประกาศดังกล่าวทำให้สามารถดำเนินการตาม พ.ร.บ. โรคติดต่อ ปี 2558 ได้ เช่น พนักงานควบคุมโรคติดต่อมีอำนาจในการสั่งให้แยกกัก กักกัน หรือคุมตัวไว้สอบสวน ดังนี้ ผู้ที่เดินทางมาจากท้องที่หรือเมืองท่านอกราชอาณาจักรที่เป็นเขตโรคติดต่ออันตราย ให้พักอาศัยตามที่เจ้าพนักงานควบคุมโรคติดต่ออนุญาต (State quarantine) หรือที่ที่เอกชนจัดไว้ให้ (Alternative State Quarantine) เป็นเวลา อย่างน้อย 14 วัน หากไม่ดำเนินการถือว่ามีความผิดตามมาตรา 51 พ.ร.บ.โรคติดต่อ ปี 2558 มีโทษปรับไม่เกิน 2 หมื่นบาท¹⁴ เป็นต้น

3. Tertiary prevention คือ การรักษาผู้ป่วยที่มีอาการให้หายโดยเร็ว เพื่อลดผลเสียและโรคแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นตามมาภายหลังการเกิดโรค รวมทั้งการติดตามสังเกตและให้การป้องกันอย่างต่อเนื่อง เพื่อป้องกันการเกิดโรคซ้ำ การป้องกันในระดับนี้จะรวมถึงการบำบัดความพิการและฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายภายหลังการติดโรคร่วมด้วย มีดังนี้

3.1 การประสานการส่งต่อเพื่อรับการรักษาโรคที่ดีและมีประสิทธิภาพในสถานพยาบาลตามสิทธิการรักษา หรือในกรณีเร่งด่วน และสิทธิในการได้รับการเยียวยาจากรัฐบาล รวมทั้งสิทธิอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

3.2 การค้นคว้าวิธีการป้องกันโรค การวิจัยหาแนวทางการรักษาโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และการรักษาต่อเนื่องเพื่อป้องกันการเกิดโรคซ้ำ เป็นการลดความพิการและการไร้สมรรถภาพที่อาจจะเกิดตามมาให้น้อยลง

บทบาทของพยาบาลชุมชนในการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในชุมชนพื้นที่รับผิดชอบโรงพยาบาลรามาธิบดี มีความปกติใหม่ ดังนี้

พยาบาลชุมชนมีบทบาทหน้าที่หลักในการจัดบริการสุขภาพและให้การดูแลสุขภาพของประชาชน จัดกลุ่มประชากรเป้าหมายทั้งตามอายุ ตามภาวะสุขภาพและปัญหาสุขภาพ ได้แก่ กลุ่มเสี่ยง กลุ่มสุขภาพดี กลุ่มเจ็บป่วย และตามความต้องการเฉพาะโดยเน้นบทบาทในการดูแลสุขภาพเชิงรุกมากกว่าเชิงรับ เน้นการให้บริการด้านการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพให้ความช่วยเหลือผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชน ในการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นรูปธรรม¹⁵

1. บทบาทการเป็นผู้ให้ความรู้ (Health educator) โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นโรคอุบัติใหม่จึงมีความจำเป็นต้องได้รับองค์ความรู้ ฝึกทักษะการป้องกันตัวเองและการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง ตลอดจนกระบวนการรักษาพยาบาล ทั้งขณะที่พักรักษาตัวในโรงพยาบาล และขณะที่พักรักษาตัวอยู่ที่บ้าน ดังนั้นพยาบาลชุมชนจึงต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ มีความชำนาญหรือมีความเชี่ยวชาญเฉพาะโรคเป็นอย่างดี ต้องทราบทั้งอาการของโรค ระยะการดำเนินของโรค การรักษาพยาบาล ผลข้างเคียงจากการรักษาพยาบาล ตลอดจนภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นอันตรายกับผู้ป่วยและครอบครัว การนำเอาความรู้ที่ถ่ายทอดไป

ใช้ได้จริง มีเนื้อหาการสอนที่ชัดเจน น่าสนใจ ตลอดจนมีวิธีการสอนที่เข้าใจง่าย เช่น 1) ให้ความรู้ความเข้าใจ คำแนะนำในการปฏิบัติตัว เช่น อาการที่สงสัยว่ามีการติดเชื้อ ข้อควรปฏิบัติ ในกรณีมีคนในบ้านป่วยหรือเดินทางมาจากพื้นที่เสี่ยงหรือประเทศกลุ่มเสี่ยงที่มีการระบาดของโรค เป็นต้น 2) ให้แหล่งประโยชน์ที่ดีเพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวสามารถเข้าถึงได้ เช่น เอกสารคำแนะนำการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับประชาชน ประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทางไลน์ และเฟซบุ๊กของกลุ่มให้ทั่วถึงทั้ง 8 ชุมชน หรือช่องทางการติดต่อเพื่อสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการป้องกันตนเอง และการดูแลตนเอง เป็นต้น 3) เปิดกว้างและพร้อมให้ผู้ป่วยและครอบครัวรับความรู้จากแหล่งอื่น ๆ ที่จำเป็นและเหมาะสมกับผู้ป่วยและไม่ขัดกับแนวทางการรักษาพยาบาล 4) ใช้เทคนิคการตั้งคำถามหรือเชื่อมโยงกับสถานการณ์เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวเรียนรู้จากสภาพปัญหาและสถานการณ์ที่จำเป็นเร่งด่วนในการตัดสินใจเพื่อแก้ปัญหาด้วยตนเอง

2. บทบาทการเป็นผู้ให้บริการสุขภาพ (Health care provider) ทั้งผู้ป่วยและประชาชนทั่วไป ได้แก่ ครอบครัว กลุ่มคน และชุมชน โดยเน้นการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเป็นสำคัญ พร้อมทั้งให้บริการตามขอบเขตความรับผิดชอบอย่างครบถ้วน ผสมผสานและต่อเนื่อง และบทบาทการเป็นผู้ให้บริการสุขภาพจะต้องอาศัยกระบวนการพยาบาล ซึ่งประกอบไปด้วย 1) การเก็บรวบรวมข้อมูล 2) การกำหนดข้อวินิจฉัยทางการพยาบาล 3) การวางแผนการพยาบาล 4) การปฏิบัติการพยาบาล และ 5) การประเมินผลการพยาบาล และการใช้การบันทึกแบบ SOAPIE note มาเป็นพื้นฐานในการให้บริการผู้ป่วยและครอบครัว เพื่อช่วยในการตัดสินใจ แก้ไขปัญหาและตอบสนองได้ถูกต้อง เช่น ในการให้บริการคัดกรองโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ให้กับประชาชนในชุมชนพื้นที่รับผิดชอบตามขอบเขตของโรงพยาบาลรามาธิบดีทั้งหมด 8 ชุมชน มีการให้ความรู้โดย

การแจกเอกสารคำแนะนำเกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 รวมถึงการป้องกันสุขภาพของตนเองให้ห่างไกลเชื้อโรค โดยการให้บริการจะมีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับสภาพชุมชนในแต่ละพื้นที่ตามเป้าหมายและแผนการรักษาของบุคลากรทางการแพทย์

3. บทบาทการเป็นผู้พิทักษ์สิทธิผู้ป่วย (Advocator) การพิทักษ์สิทธิผู้ป่วยตามคำประกาศสิทธิผู้ป่วย 10 ประการนับว่าเป็นบทบาทอิสระที่พยาบาลชุมชนสามารถที่จะช่วยรับรอง และคุ้มครองประชาชนทุกคนให้ได้รับการรักษาพยาบาลตามมาตรฐาน ขณะเดียวกันยังเป็นการรักษาผลประโยชน์ของผู้ป่วยและครอบครัว รวมทั้งช่วยให้ผู้ป่วยและครอบครัวรับรู้ถึงควมมีคุณค่าแห่งตนได้ และถือเป็นจริยธรรมของพยาบาลที่ควรปฏิบัติแก่ผู้ป่วยและครอบครัวทุกคนอย่างเสมอภาค เช่น การเข้ารับการตรวจคัดกรองโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 มีค่าใช้จ่ายในแต่ละสถานพยาบาลไม่เท่ากันและเมื่อได้รับการวินิจฉัยว่าติดเชื้อ ผู้ป่วยควรได้รับการอธิบายและให้ข้อมูลในการรักษาต่อในโรงพยาบาลตามสิทธิการรักษาและการสมัครใจ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาพยาบาลที่เหมาะสม

4. บทบาทการเป็นผู้บริหารจัดการ (Manager) การบริหารจัดการที่ดีจะทำงานดำเนินไปได้ด้วยดี มีการวางแผนงานจัดระบบงาน จัดงบประมาณ หาแหล่งประโยชน์ จัดวางกำลังคน จัดทรัพยากร จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์เวชภัณฑ์ การประสานงานกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องรวมถึงการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทุกคนเข้าถึง และเมื่อสิ้นสุดกระบวนการมีการประเมินผลงาน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับเปลี่ยนแผนให้เหมาะสมกับการดำเนินงานขั้นต่อไป เช่น ในการจัดกิจกรรมคัดกรองโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนในชุมชนเครือข่าย มีการวางแผนงานร่วมกับผู้นำชุมชนและสมาชิกอาสาสมัครสาธารณสุขทั้ง 8 ชุมชน เพื่อตรวจสอบทรัพยากรที่เหลืออยู่ และต้องการเพิ่มจากนั้นประชาสัมพันธ์ให้สมาชิกลูกบ้านทราบถึงเนื้อหา

กิจกรรม การคัดกรองและการให้ความรู้การป้องกันโรค หลังจัดกิจกรรมมีการเก็บรวบรวมข้อมูลจัดเก็บเป็นสถิติ และมีการติดตามสถานการณ์ต่อเนื่องจากผู้นำชุมชน แสดงให้เห็นว่าบทบาทการเป็นผู้บริหารมีความจำเป็นอย่างมาก เพื่อให้การดำเนินงานบรรลุวัตถุประสงค์ได้อย่างราบรื่น ประหยัดกำลังคน เวลา และงบประมาณ

5. บทบาทการเป็นผู้ประสานงาน (Coordinator) การประสานงานถือเป็นอีกหนึ่งบทบาทที่มีความสำคัญอย่างมากในบทบาทของพยาบาลชุมชน เพื่อการส่งต่อแผนการรักษาพยาบาลไปยังบุคลากรทีมสุขภาพที่เกี่ยวข้อง เป็นการประสานงานในระดับหน่วยงานภายในโรงพยาบาล หรือระหว่างโรงพยาบาลกับหน่วยงานภายนอกโรงพยาบาล ส่วนใหญ่มักจะเกี่ยวข้องกับเรื่องสิทธิการรักษาพยาบาลที่จะต้องกลับไปรักษาที่หน่วยบริการสุขภาพปฐมภูมิ เช่น สิทธิประกันสุขภาพ สิทธิประกันสังคม เป็นต้น จึงมีความจำเป็นที่พยาบาลชุมชนจะต้องมีทักษะการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ มีความสามารถในการต่อรอง รวมไปถึงการร้องขอความช่วยเหลือ โดยทำหน้าที่เป็นผู้ประสานผลประโยชน์ให้เกิดขึ้นกับผู้ป่วยและครอบครัวเกิดความสะดวก เช่น การประสานงานกับผู้นำชุมชนในการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนได้รับรู้ข่าวสาร ความเคลื่อนไหวของสถานการณ์ในปัจจุบันและประชุมขอความคิดเห็นในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่เหมาะสมกับชุมชน รวมถึงการประสานงานร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขในแต่ละชุมชนทั้ง 8 ชุมชน ซึ่งอาสาสมัครสาธารณสุขถือเป็นผู้ที่มีบทบาทในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารให้ทั่วถึงและเข้าถึงคนไข้ได้มากขึ้น นอกจากนี้การประสานงานอาจหมายรวมถึงการประสานงานกับบุคคลหรือองค์กรภายนอกที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับกระบวนการรักษาพยาบาลโดยตรง แต่มีความจำเป็นต่อการรักษาพยาบาลหรือการดูแลตนเองของผู้ป่วยและครอบครัว เช่น เจ้าหน้าที่จำหน่ายอุปกรณ์การแพทย์

ของ บริษัท เอกชน ศูนย์ดูแลสุขภาพ กรมประชาสัมพันธ์ หรือมูลนิธิต่าง ๆ เป็นต้น ซึ่งเป้าหมายของการประสานงานดังกล่าวนี้ เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวได้รับการช่วยเหลืออย่างเหมาะสม และได้รับการให้บริการสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

6. บทบาทการเป็นผู้สร้างเสริมพลังอำนาจทางสุขภาพ (Health promotor for empowerment) โดยได้ประยุกต์แนวความคิดการสร้างพลังอำนาจว่าเป็นกระบวนการทางสังคมที่แสดงให้เห็นถึงการยอมรับ ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของบุคคลในการแก้ปัญหา และใช้ทรัพยากรที่จำเป็นในการดำรงชีวิตเป็นกระบวนการที่ช่วยเสริมสร้างความสามารถและพัฒนาศักยภาพของบุคคล ครอบครัว ชุมชน ในการควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ สามารถเลือกใช้แหล่งประโยชน์ และดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อรักษาไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ บทบาทของพยาบาลในการเสริมสร้างพลังอำนาจทางสุขภาพ เป็นการสร้างเสริมพลังใจให้ตระหนักรู้ความอันตรายของโรค และเห็นความสำคัญของสุขภาพ หันกลับมาดูแลเอาใจใส่เรื่องสุขภาพ โดยที่พยาบาลคอยช่วยเหลือจัดการอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง จนกระทั่งผู้รับบริการมีความเชื่อมั่น ดูแลตนเองได้ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น ไม่เพียงแต่การป้องกันตนเองไม่ให้เจ็บป่วย แต่พยาบาลชุมชนยังมุ่งสร้างเสริมสุขภาพที่ดีด้วย จึงจำเป็นต้องสร้างแรงจูงใจให้กับผู้รับบริการเรียนรู้มองเห็นคุณค่าของตนเอง ด้วยการมีสัมพันธภาพที่ดี ทำให้ผู้รับบริการไว้วางใจ มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และเสริมพลังให้เชื่อมั่นในการดูแลตนเอง

สรุป

ในภาวะที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 การปฏิบัติหน้าที่ของพยาบาลชุมชนมีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมและป้องกันโรค พยาบาลควรมุ่งเน้นการส่งเสริมการดูแลสุขภาพส่วนบุคคลของประชาชนในชุมชนที่รับผิดชอบ โดยการปรับรูปแบบการดำเนินการ

สร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคให้สอดคล้องกับความปกติใหม่ อาศัยบทบาทที่สำคัญของพยาบาลชุมชนคือ การเป็นผู้ให้ความรู้ การเป็นผู้ให้บริการสุขภาพ การเป็นผู้พิทักษ์สิทธิผู้ป่วย การเป็นผู้บริหารจัดการ การเป็นผู้ประสานงาน และการเป็นผู้สร้างเสริมพลังอำนาจทางสุขภาพ ในการสร้างความตระหนักรู้ การปรับเปลี่ยนทัศนคติ และการสร้างพฤติกรรมสุขภาพจนเกิดเป็นความปกติใหม่ของประชาชนในชุมชนจนสามารถจัดการตนเองด้านสุขภาพได้อย่างเหมาะสม จนนำไปสู่การป้องกันและลดการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ได้ เกิดผลลัพธ์ด้านสุขภาพที่ดีและยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

พยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในชุมชนสามารถนำความรู้เกี่ยวกับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และบทบาทของพยาบาลชุมชนในการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ไปประยุกต์ใช้ในการวางแผนงานการป้องกันและควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในพื้นที่รับผิดชอบของตนเองได้

เอกสารอ้างอิง

1. วิลาวัณย์ พิเชียรเสถียร. อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคลสำหรับโควิด-19 ของบุคลากรทีมสุขภาพ. วารสารการปฏิบัติการพยาบาลและการผดุงครรภ์ไทย 2563;7(1):7-9.
2. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) [Internet]. 2020. [cited 2020 November 15]. Available from: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
3. ฉัตรสุนัน พงดิธิญญ. มาตรการการเฝ้าระวังป้องกัน และควบคุมโรค การแพร่ระบาดของโควิด-19. วารสารกฎหมายและนโยบายสาธารณสุข 2563;6(2):468-469.
4. World Health Organization. WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard [Internet]. 2020. [cited 2020 November 15]. Available from: <https://covid19.who.int>

5. Department of Disease Control. Covid-19 situation reports [Internet]. 2020. [cited 2020 November 15]. Available from: <https://covid19.ddc.moph.go.th>
6. Bank of Thailand. World economy, Thai economy after COVID 19: world revolution by disease to the future new normal [Internet]. 2020. [cited 2020 October 2]. Available from: https://www.bot.or.th/Thai/BOTMagazine/Pages/256303_CoverStory.aspx
7. ศักดิ์ดา ศิริภัทรโสภณ. โรคระบาดไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (COVID-19): ผลกระทบต่อวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อมของไทยและกลยุทธ์ในการฟื้นฟูกิจการ. วารสารสมาคมนักวิจัย 2563;25(2):13-19.
8. Principal Asset Management. perspectives on impact of COVID-19 in economy and capital markets [Internet]. 2020. [cited 2020 Oct 6]. Available from: <https://www.principal.th/th/COVID-19>
9. Department of Medical Services. practical guidelines for diagnosis, treatment and prevention of infection in hospitals in case of Coronavirus disease 2019 (COVID-19) [Internet]. 2020. [cited 2020 October 2]. Available from: <http://covid19.dms.go.th>
10. อิตีพล ยูภาพรรณ. 10 วิธีป้องกันตัวเองจากโรคโควิด-19 ด้วย 6 Safety FERS [อินเทอร์เน็ต]; 2563 [เข้าถึงเมื่อ 15 พฤศจิกายน 2563]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.thaihealth.or.th>
11. กิตติพร เนาว์สุวรรณ, นภชา สิงห์วีระธรรม, นวรัตน์ ไชยชมภู และกชกร ฉายากุล. ความสำเร็จในการดำเนินงานควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในชุมชนของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ในประเทศไทย. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ 2563;12(13):195-212.
12. สุทธิพร มุลศาสตร์. บทบาทของพยาบาลเวชปฏิบัติในการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในชุมชน. วารสารพยาบาลสาธารณสุข 2563;34: 146-153.
13. ปุณญาพัฒน์ แสงวงศ์ดี. วิฤติการณ์โลกกรณีการแพร่ระบาดของโรคติดต่ออุบัติใหม่: บทบาทขององค์การอนามัยโลก สถานการณ์ในประเทศไทย และ New Normal. วารสารสังคมภิวัตน์ 2563;11(1):89-108.
14. Department of Disease Control. Organizational Quarantine [Internet]. 2020. [cited 2020 November 15]. Available from: https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/g_quarantine/g_quarantine_state300763.pdf
15. กมลทิพย์ ชลังธรรมเนียม. กระบวนการในการดูแลสุขภาพชุมชน: บทบาทพยาบาลชุมชน. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี 2559;27(2):140-148.