

สรุปบทเรียน

การเก็บข้อมูลวิจัยในภาวะวิกฤติ

การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ถือเป็นภาวะวิกฤติประเภทหนึ่งที่เกิดผลกระทบต่อการทำงานด้านต่างๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ทั้งในเรื่องของความเร่งด่วน ความเหมาะสม ประสิทธิภาพของการทำงานอาจหยุดชะงัก เกิดปัญหาในระดับพื้นที่ ภูมิภาคประเทศและระดับโลก ถึงแม้ภาครัฐจะกำหนดมาตรการป้องกันตนเองในเรื่องของการเว้นระยะห่างทางสังคม การใช้หน้ากากอนามัย การหลีกเลี่ยงการสัมผัส และการล้างมือด้วยสบู่และแอลกอฮอล์

ผลกระทบอีกด้านหนึ่งคือการเก็บข้อมูลวิจัยของการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 กลุ่มวิจัยทำงานในสถานประกอบการและผู้ที่มาใช้บริการสถานบริการสาธารณสุข การจัดการภาวะวิกฤติของการติดเชื้อโควิดที่เห็นได้ชัดคือการเปิดเผยข้อมูลในการการเดินทาง การพบปะผู้คน หรือการเข้าไปในพื้นที่เสี่ยงสูง ผู้คนรวมตัวกันจำนวนมาก ทั้งในตลาดห้างสรรพสินค้า ร้านอาหาร ต่อมาเป็นการป้องกันการติดเชื้อเบื้องต้นหรือขั้นพื้นฐาน การเว้นระยะห่างทางสังคม การใช้หน้ากากอนามัย การหลีกเลี่ยงการสัมผัส และการล้างมือด้วยสบู่และแอลกอฮอล์ การตรวจอุณหภูมิร่างกาย เพื่อคัดกรองผู้คน จากมาตรการดังกล่าวข้างต้นจึงทำให้ส่งผลกระทบต่อนักวิจัยในเรื่องของการเก็บข้อมูลต้องเว้นระยะห่างระหว่างนักวิจัยและอาสาสมัครอย่างน้อย 1-2 เมตร ในกรณีที่ใช้อุปกรณ์เช่นในการเก็บข้อมูล จะมีความเสี่ยงในช่วงของการอธิบายการใช้เครื่องมือวิจัยแอปพลิเคชัน หากเครื่องมือเป็นแบบกระดาษ มีความเสี่ยงในการสัมผัสร่วมระหว่างผู้เก็บข้อมูลกับอาสาสมัคร ในระยะของการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 การเก็บข้อมูลของกลุ่มวิจัยทำงานในสถานประกอบการเป็นไปด้วยความยากลำบาก กล่าวคือการเก็บข้อมูลซ้ำในอาสาสมัครคนเดิมมีข้อจำกัด หากอาสาสมัครมีความเสี่ยงสูงหรือเป็นผู้ติดเชื้อไวรัสโควิด-19 ฝ่ายบริหารบุคคลของสถานประกอบการจะสั่งให้อาสาสมัครหยุดปฏิบัติงาน 14 วัน หรือสถานประกอบการบางแห่งปิดกิจการจากภาวะพนักงานติดเชื้อโควิด-19 จำนวนมากยากแก่การควบคุม สถานประกอบการบางแห่งให้พนักงานทำงานที่บ้าน เพื่อลดความแออัด การสัมผัส ระหว่างพนักงาน อุปกรณ์เครื่องมือต่าง การปิดพื้นที่ของคณะกรรมการควบคุมป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโควิดระดับจังหวัด ห้ามเข้าพื้นที่สีแดง สีเหลือง จากปรากฏการณ์ดังกล่าวทำให้ได้ข้อมูลไม่ครบตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้ ถึงอย่างไรก็ตามการเก็บข้อมูลยังดำเนินต่อไปแม้จะปรับเปลี่ยนวิธีดำเนินการวิจัยให้สอดคล้องกับสถานการณ์ ด้วยการกำหนดมาตรการหรือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เก็บข้อมูลและอาสาสมัคร ด้วยการทำแบบประเมินผลการป้องกันการแพร่เชื้อโควิด-19 ในแอปพลิเคชันไทยเซฟไทย ในขั้นตอนสุดท้ายระบบจะประเมินผลความเสี่ยงให้ผู้ประเมินได้รับทราบ โดยแบ่งระดับความเสี่ยงของสุขภาพไว้ดังนี้

1. ภาวะสุขภาพปกติ

คำแนะนำ ดูแลร่างกายให้แข็งแรง รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงสิ่งเสพติด จัดการความเครียดอย่างเหมาะสม เมื่ออยู่ในบ้าน เว้นระยะห่างจากผู้อื่นตามสมควร ล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ ใช้ช้อนกลาง พื้นที่สาธารณะ รวมถึงที่ทำงาน และสถานประกอบการ ให้หลีกเลี่ยง พื้นที่แออัด ตรวจคัดกรองวัดไข้ก่อนเข้าพื้นที่ หากเข้าไปให้ปฏิบัติตนดังนี้ตลอดเวลา คือ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 - 2 เมตร สวมหน้ากากผ้า

หรือหน้ากากอนามัย หมั่นล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า จมูก ตา ปาก หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เหลื่อมเวลา และลดเวลาทำกิจกรรม

2. ภาวะสุขภาพเสี่ยงต่ำ

คำแนะนำ ดูแลร่างกายให้แข็งแรง รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงสิ่งเสพติด จัดการความเครียดอย่างเหมาะสม ให้สังเกตอาการ ไม่ใช่สิ่งของร่วมกับผู้อื่น

เมื่ออยู่ในบ้าน เว้นระยะห่างจากผู้อื่นตามสมควร ล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ ใช้ช้อนกลาง พื้นที่สาธารณะ รวมถึงที่ทำงานและสถานประกอบการ ให้หลีกเลี่ยง พื้นที่แออัด ตรวจสอบคัดกรองวัดไข้ก่อนเข้าพื้นที่ หากเข้าไปให้ปฏิบัติตนดังนี้ตลอดเวลา คือ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 - 2 เมตร สวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย หมั่นล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า จมูก ตา ปาก หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เหลื่อมเวลา และลดเวลาทำกิจกรรม

3. ภาวะสุขภาพเสี่ยงปานกลาง

คำแนะนำ ดูแลร่างกายให้แข็งแรง รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ ออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงสิ่งเสพติด จัดการความเครียดอย่างเหมาะสม ให้สังเกตอาการ ไม่ใช่สิ่งของร่วมกับผู้อื่น สังเกตอาการ หากมีอาการดังนี้ มีไข้ ไอ น้ำมูก เจ็บคอ คอแห้ง อ่อนเพลีย ปวดเมื่อย ท้องเสีย เสียการทรงตัว ลื่นไม่รับรส หายใจลำบาก เจ็บแน่นหน้าอก แนะนำให้ไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจโดยรถส่วนตัวหรือติดต่อ 1669

เมื่ออยู่ในบ้าน เว้นระยะห่างจากผู้อื่น ล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ ใช้ช้อนกลาง แยกของใช้ส่วนตัวกับคนในครอบครัว

พื้นที่สาธารณะ รวมถึงที่ทำงานและสถานประกอบการ ให้หลีกเลี่ยง พื้นที่แออัด ตรวจสอบคัดกรองวัดไข้ก่อนเข้าพื้นที่ หากเข้าไปให้ปฏิบัติตนดังนี้ตลอดเวลา คือ เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 - 2 เมตร สวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย หมั่นล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสัมผัสใบหน้า จมูก ตา ปาก หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เหลื่อมเวลา และลดเวลาทำกิจกรรม

หากท่านเดินทางไปในพื้นที่เสี่ยงสูงในช่วง 14 วันที่ผ่านมาให้กักตัวอยู่ที่พักอาศัยเป็นเวลา 14 วัน ไม่เข้าไปในชุมชนหรือสถานที่แออัด

4. ภาวะสุขภาพเสี่ยงสูง

คำแนะนำ ผู้ที่ไปพื้นที่เสี่ยง สัมผัสผู้ติดเชื้อ โดยตรงหรือมีอาการ มีไข้ ไอ น้ำมูก เจ็บคอ คอแห้ง อ่อนเพลีย ปวดเมื่อย ท้องเสีย เสียการทรงตัว ลื่นไม่รับรส หายใจลำบาก เจ็บแน่นหน้าอก ให้ไปพบแพทย์หรือบุคลากรสาธารณสุขเพื่อรับการตรวจ โดยรถส่วนตัวหรือติดต่อ 1669

เมื่ออยู่ในบ้าน เว้นระยะห่างจากผู้อื่น ล้างมือก่อนรับประทานอาหารและหลังเข้าห้องน้ำ ใช้ช้อนกลาง แยกของใช้ส่วนตัวกับคนในครอบครัว กักตัวอยู่ที่พักอาศัยเป็นเวลา 14 วัน ไปพบแพทย์เพื่อรับการตรวจ

5. ภาวะสุขภาพป่วย/ติดเชื้อ

แนะนำให้ท่าน

- ไปตรวจหาเชื้อโควิดและรับการรักษาโดยรถส่วนตัวหรือติดต่อ 1669
- ปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์

ข้อสังเกตของการเก็บข้อมูลวิจัยในภาวะวิกฤติการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

1. พยายามอยู่ห่างจากอาสาสมัครอย่างน้อย 1-2 เมตร
2. สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลาและเปลี่ยนทิ้งในถังขยะติดเชื้อเมื่อเปลือยไปสัมผัสหน้ากาก
3. สวมชุดป้องกัน PPE ถุงมือ หน้ากากใส
4. พยายามอยู่เหนือลมหรืออยู่ในพื้นที่ที่มีอากาศระบายได้ดี
5. ถอดเสื้อผ้าไว้นอกที่พัก อาบน้ำเปลี่ยนชุดใหม่เมื่อเลิกเก็บข้อมูลวิจัย
6. หากมีอาการไม่สบายตัวให้ตรวจหาเชื้อด้วยเครื่องมือเบื้องต้น (ATK)
7. อยู่ห่างและไม่ร่วมรับประทานอาหารกับในในครอบครัวในช่วงเวลาที่มีความเสี่ยง
8. เครื่องมือวิจัย อุปกรณ์ต่างๆ ต้องมีการพ่นแอลกอฮอล์ หรือตากแดด
9. ไม่รับประทานอาหาร เครื่องดื่มในช่วงของการเก็บข้อมูลจากอาสาสมัคร