



**IDAT**  
สมาคมโรคติดต่อแห่งประเทศไทย  
Infectious Disease Association of Thailand

สมาคมโรคติดต่อแห่งประเทศไทย

อาคารเฉลิมพระบารมี 50 ปี ชั้น 7 เลขที่ 2 ซอยศูนย์วิจัย

ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ 10310

โทรศัพท์ 02-716-6874 | www.idthai.org | IDAT\_50@hotmail.com

## คำแนะนำเกี่ยวกับการใช้หน้ากากอนามัย สำหรับประชาชนทั่วไป ในสถานการณ์การระบาดของโรคไวรัสโคโรนา-2019 (COVID-19)

1. สำหรับประชาชนทั่วไปที่สบายดี  
การใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลาในที่สาธารณะ ไม่ช่วยลดความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ  
และอาจเพิ่มความเสี่ยงหากใช้ไม่ถูกวิธี เพราะจะเพิ่มโอกาสของการใช้มือสัมผัสใบหน้า
2. ท่านควรสวมหน้ากากอนามัยเมื่อ
  - 2.1 ป่วยเป็นโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจ เพื่อเป็นการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อจากต้นทาง  
โดยสามารถลดปริมาณเชื้อที่ออกมาปนเปื้อนสิ่งแวดล้อมเหลือหนึ่งในสาม
  - 2.2 ให้การดูแลผู้ป่วยโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจใกล้ชิด
  - 2.3 เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่ต้องให้การดูแลผู้ป่วย
  - 2.4 เข้าไปในสถานที่ที่มีคนแออัด อากาศถ่ายเทไม่ดี
3. หากท่านต้องการจะใส่หน้ากากอนามัย ควรใส่อย่างถูกต้อง
  - ห้ามจับส่วนใด ๆ ของหน้ากากเมื่อใส่แล้ว
  - สามารถใช้นานจนกว่าจะสกปรกหรือขาดตรابطที่ยังอยู่บนใบหน้า
  - หากถอดแล้วต้องทิ้งเลย ห้ามใช้ซ้ำ
  - การใช้แอลกอฮอล์ฟันทบนหน้ากากอนามัยไม่เกิดประโยชน์
  - ล้างมืออย่างถูกต้อง ก่อนและหลังใส่หน้ากากอนามัย เพื่อป้องกันการติดเชื้อ
4. หน้ากากผ้า ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อได้
5. หน้ากากชนิด N-95 ใช้สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ที่ต้องดูแลผู้ป่วยใกล้ชิดขณะทำการเกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจเท่านั้น ผู้ป่วยทั่วไปไม่ควรใช้หน้ากากชนิดนี้ เพราะจะหายใจไม่พอเนื่องจากหน้ากากชนิดนี้แน่นมาก อาจก่อให้เกิดอันตรายได้

การซื้อหน้ากากอนามัยไปใช้กันมาก ๆ โดยไม่มีข้อบ่งชี้ ทำให้เกิดการขาดแคลน  
ส่งผลกระทบต่อผู้ที่มีความจำเป็นต้องใช้จริง ๆ ทำให้ควบคุมโรคได้ยากขึ้น

สมาคมโรคติดต่อแห่งประเทศไทยมีความเห็นว่า  
หน่วยงานของรัฐควรจัดหาหน้ากากอนามัยให้บุคลากรทางการแพทย์อย่างเพียงพอก่อน  
และจัดหาให้ประชาชนทั่วไปใช้งานเท่าที่จำเป็น