

## คำแนะนำในการสวมหน้ากากอนามัยในช่วงการแพร่ระบาดของ ของโรคโควิด-19

### สรุปการเปลี่ยนแปลง ณ วันที่ 14 มีนาคม 2022

- ปรับปรุงให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของคำสั่งเกี่ยวกับการสวมหน้ากากของเลขาธิการกรมอนามัย (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) และประกาศของผู้ว่าราชการรัฐ (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

#### บทนำ

เมื่อสวมหน้ากากอนามัย คุณจะช่วยปกป้องคนรอบตัวรวมถึงตัวคุณเองได้

เราได้เรียนรู้จากการรับมือกับโรคระบาดครั้งนี้อย่างไร

การสวมหน้ากากอนามัยสามารถลดการแพร่กระจายเชื้อโควิด-19 ระหว่างบุคคลได้ ซึ่งจะช่วยป้องกันการเสียชีวิตและช่วยให้ระบบเศรษฐกิจดำเนินต่อไปได้อย่างปลอดภัยและเหมาะสม กลยุทธ์การป้องกันแบบแบ่งระดับ เช่น การฉีดวัคซีนให้ครบตามจำนวนที่กำหนด และการสวมหน้ากากอนามัย

สามารถช่วยป้องกันการป่วยที่รุนแรงและช่วยลดโอกาสที่ระบบสาธารณสุขจะรองรับผู้ป่วยได้ไม่เพียงพอ โดยเฉพาะเมื่อมีระดับการแพร่ระบาดสูง

Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค) ระบุว่า หน้ากากอนามัยและอุปกรณ์ป้องกันระบบหายใจบางประเภทสามารถป้องกันการแพร่ระบาดของโรคได้ดีกว่าประเภทอื่นๆ ในขณะที่บางประเภทอาจทำให้หายใจลำบากและสวมใส่ได้ไม่นาน ดังนั้น เราจึงควรสวมหน้ากากหรืออุปกรณ์ป้องกันระบบหายใจที่มีขนาดพอดีอย่างถูกต้อง ซึ่งต้องเป็นหน้ากากและอุปกรณ์ที่สวมใส่สบายและให้การปกป้องได้ในระดับดี ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่หน้าเว็บของ CDC เกี่ยวกับ [ประเภทหน้ากากอนามัยและอุปกรณ์ป้องกันระบบหายใจ](#)

ผู้ที่มีปัญหาด้านพัฒนาการ พฤติกรรม หรือโรคประจำตัว

สามารถใช้หน้ากากเฟซชีลด์แบบมีผ้าเพื่อช่วยป้องกันโรคแทนการใส่หน้ากาก เด็กๆ ในสถานดูแลเด็ก ค่ายแบบไปเช้าเย็นกลับ และโรงเรียนระดับ K-12

อาจใช้หน้ากากเฟซชีลด์แบบมีผ้าได้หากไม่สามารถสวมหน้ากากอนามัยแบบพอดีใบหน้า ดูข้อกำหนดของ

Department of Health (DOH, กรมอนามัย) เกี่ยวกับ [การสวมหน้ากากอนามัยสำหรับโรงเรียน K-12 และโปรแกรมของสถานดูแลเด็ก ศูนย์เรียนรู้ปฐมวัย การพัฒนาเยาวชน และค่ายแบบไปเช้าเย็นกลับ](#)

(ภาษาไทย) รวมถึงดูข้อมูลเพิ่มเติมในส่วนของ CDC เกี่ยวกับ [ข้อควรพิจารณาสำหรับบุคคลเฉพาะกลุ่ม](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) ทั้งนี้ DOH ไม่แนะนำให้ใช้หน้ากากที่มีช่องหรือระบายอากาศ หรือผ้าพันจมูกหรือผ้าพันคอแบบชั้นเดียว

ในสถานที่ทำงาน เราอาจจำเป็นต้องใช้หน้ากากหรืออุปกรณ์ป้องกันระบบหายใจบางประเภท และสามารถใช้อุปกรณ์ป้องกันระบบหายใจที่มีรูระบายอากาศอย่างสอดคล้องกับคำแนะนำที่เผยแพร่โดย

Washington State Department of Health (DOH, กรมอนามัยของรัฐวอชิงตัน) และ [Washington State Department of Labor & Industries \(L&I, กระทรวงแรงงานและอุตสาหกรรมของรัฐวอชิงตัน\)](#)  
(ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

โปรดดูรายการคำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัยในหน้าเว็บของ [DOH](#)  
[เกี่ยวกับหน้ากากอนามัย](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

### ข้อบังคับและคำสั่งเกี่ยวกับสุขภาพในปัจจุบัน

คำสั่งสาธารณะในปัจจุบันที่ระบุไว้ด้านล่างกำหนดให้บุคคลสวมใส่หน้ากากอนามัยในสภาพแวดล้อมดังต่อไปนี้

- [สถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ](#)
- สถานักกันหรือทัศนสถาน (ห้องขังและเรือนจำสำหรับผู้ใหญ่)
- [ระบบขนส่งสาธารณะ](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

คำสั่งของ [Department of Health](#) แห่งรัฐวอชิงตัน

### [Secretary of Health Mask Order](#) (คำสั่งเกี่ยวกับการสวมหน้ากากของเลขาธิการกรมอนามัย) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

กำหนดให้ผู้ที่อยู่ในรัฐวอชิงตันสวมหน้ากากอนามัยใน [สถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ](#) และห้องขังหรือเรือนจำสำหรับผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะมีการฉีดวัคซีนเป็นแบบใดก็ตาม โดยมีข้อยกเว้นแบบจำกัด บุคคลแต่ละคนจะต้องปฏิบัติตามคำสั่งนี้ และธุรกิจก็ต้องบังคับใช้คำสั่งนี้กับพนักงานและลูกค้าด้วยเช่นกัน โปรดดูข้อมูลเพิ่มเติมในคำสั่งด้านล่างนี้

### คำสั่งของรัฐบาลกลาง

ข้อกำหนดเกี่ยวกับระบบขนส่งสาธารณะจะอยู่ใน [Centers for Disease Control and Prevention order](#)  
[\(คำสั่งเกี่ยวกับการควบคุมและป้องกันโรค\)](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

คำสั่งนี้กำหนดให้ผู้โดยสารสวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในระบบขนส่งสาธารณะและสถานีขนส่งทุกแห่ง รวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงเครื่องบิน เรือ เรือข้ามฟาก รถไฟ รถไฟใต้ดิน รถประจำทาง แท็กซี่ และรถที่ใช้บริการร่วมกับผู้อื่น

โดยผู้ให้บริการขนส่งสาธารณะจะต้องกำหนดให้ผู้โดยสารทุกคนสวมหน้ากากอนามัยเมื่อขึ้นยานพาหนะลงจากยานพาหนะ และระหว่างเดินทาง ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [หน้าเว็บของ CDC สำหรับหน่วยงานทางกฎหมาย](#)  
(ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

### CDC

ไม่ได้กำหนดให้บุคคลสวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่บนรถประจำทางหรือรถตู้ที่ให้บริการโดยระบบโรงเรียนรัฐบาลหรือโรงเรียนเอกชนระดับ K-12 หรือโปรแกรมของสถานดูแลเด็กและสถานศึกษา/สถานดูแลเด็ก

ระบบโรงเรียนและโปรแกรมของสถานดูแลเด็กและสถานศึกษา/สถานดูแลเด็ก

สามารถเลือกบังคับใช้กฎให้บุคคลสวมหน้ากากอนามัยบนรถประจำทางหรือรถตู้ได้ตามดุลยพินิจ

โปรดดูข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการโดยสารรถประจำทางในคู่มือ [ข้อกำหนดและคำแนะนำในการลดการแพร่กระจายของโควิด-19 ในโรงเรียน K-12 และโปรแกรมของสถานดูแลเด็ก ศูนย์เรียนรู้ปฐมวัย การพัฒนาเยาวชน และค่ายแบบไปเช้าเย็นกลับ](#) ของ DOH (ภาษาไทย)

## ประกาศของผู้ว่าการรัฐวอชิงตัน

คุณสามารถดูข้อมูลเกี่ยวกับความรับผิดชอบและความคาดหวังต่อธุรกิจที่มีลูกค้าและพนักงานได้ใน [ประกาศฉบับที่ 20-25.19](#) แผนเตรียมพร้อมของรัฐวอชิงตันในการรับมือกับโรคโควิด-19 (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) และ [ประกาศฉบับที่ 21-08 – การรักษาความปลอดภัยให้กับพนักงาน](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

## ประกาศของกระทรวงแรงงานและอุตสาหกรรมและผู้ว่าการรัฐวอชิงตัน

แม้ว่าจะไม่มีข้อกำหนดให้สวมหน้ากากอนามัยในสถานที่ทำงานส่วนใหญ่ตามประกาศของผู้ว่าการรัฐที่ระบุไว้ข้างต้น แต่ธุรกิจภาคเอกชนยังคงบังคับให้สวมหน้ากากอนามัยได้ตามความต้องการ ทั้งนี้

โปรดเคารพกฎในพื้นที่ที่คุณอยู่ นอกจากนี้ ตาม [ประกาศเกี่ยวกับการรักษาความปลอดภัยให้กับพนักงาน](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

พนักงานที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพบางอย่างหรืออยู่ร่วมกับผู้ที่มีความเสี่ยงว่าจะมีอาการของโรคโควิด-19 ระดับรุนแรงยังคงต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือเลือกสวมหน้ากากอนามัย

โดยพนักงานมีสิทธิ์ที่จะสวมหน้ากากอนามัยเพื่อปกป้องตนเอง ครอบครัว และชุมชน ในปี 2021

สภานิติบัญญัติได้ออกรัฐบัญญัติใหม่ฉบับที่ 5254

ซึ่งคุ้มครองสิทธิ์ของพนักงานในการสวมหน้ากากอนามัยระหว่างที่เกิดสถานการณ์ฉุกเฉินทางสาธารณสุข

และได้รับการรวมไว้ใน [RCW \(Revised Code of Washington, ประมวลกฎหมายฉบับปรับปรุงใหม่\) 49.17.485](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

โปรดดูข้อกำหนดและคำแนะนำในการป้องกันโควิด-19 ของ L&I (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

และดูข้อมูลเพิ่มเติมสำหรับสถานที่ทำงานจากคำถามทั่วไปเกี่ยวกับข้อกำหนดด้านการสวมอุปกรณ์ปิดหน้าและหน้ากากอนามัยในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

## หน่วยงานและเจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุขท้องถิ่น

เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุขท้องถิ่นมีอำนาจในการบังคับใช้คำสั่งด้านสุขภาพเพื่อควบคุมและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคภายในเขตอำนาจศาลของตน คำสั่งเหล่านี้อาจเข้มงวดกว่าคำสั่งระดับรัฐ

แต่ต้องไม่ผ่อนปรนไปกว่าคำสั่งที่รัฐกำหนด โปรดตรวจสอบข้อมูลกับ [หน่วยงานสาธารณสุขท้องถิ่น](#)

(ภาษาอังกฤษเท่านั้น) และปฏิบัติตามคำสั่งเกี่ยวกับสุขภาพทั้งหมดที่มีสำหรับพื้นที่นั้นๆ

## คำแนะนำ

ข้อมูลข้างต้นระบุถึงข้อกำหนดเกี่ยวกับการใช้หน้ากากอนามัยในสภาพแวดล้อมที่เฉพาะเจาะจงในขณะนี้ แต่ข้อมูลดังต่อไปนี้จะระบุคำแนะนำด้านสาธารณสุขทั่วไปเพื่อใช้เป็นข้อควรพิจารณา

คำแนะนำเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัยในสภาพแวดล้อมที่มีการรวมตัวนอกสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ

แนะนำให้สวมหน้ากากอนามัยในสภาพแวดล้อมดังต่อไปนี้ หากทำได้

โปรดดูคำแนะนำสำหรับแต่ละภาคธุรกิจด้านล่างนี้

- [สถานที่ให้บริการคนไร้บ้าน](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)
- [สภาพแวดล้อมทางเรือเชิงพาณิชย์](#) (เช่น [เรือหาปลาเชิงพาณิชย์](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) เรือขนส่งสินค้า เรือสำราญ)

- [สภาพแวดล้อมการทำงานที่หนาแน่น](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)  
ซึ่งไม่สามารถเว้นระยะห่างทางกายภาพได้เนื่องจากลักษณะงานที่ทำ เช่น คลังสินค้า โรงงาน และโรงงานบรรจุอาหารและผลิตเนื้อสัตว์
- พื้นที่สำหรับอยู่รวมกันในสถานที่พักอาศัยแบบรวม (ไม่รวมห้องนอน) ซึ่งได้แก่ สถานที่ทำงานนอกเรือนจำชั่วคราว สถานพักพิง สถานพินิจสำหรับเยาวชนหรือสถานคุ้มครองประพฤติก และบ้านพักสำหรับพนักงานชั่วคราว
- สภาพแวดล้อมในร่มของสถานที่คุมขังในเรือนจำสำหรับผู้ใหญ่ ห้องขังสำหรับผู้ใหญ่ สถานพินิจสำหรับเยาวชน หรือสถานคุ้มครองประพฤติกสำหรับเยาวชน (เช่น ห้องพิจารณาคดี)

ผู้ที่อาศัยหรือทำงานในสภาพแวดล้อมข้างต้นควรปฏิบัติตามคำแนะนำเช่นเดียวกับสาธารณสุขทั่วไปเมื่อไม่ได้อยู่ในสภาพแวดล้อมดังกล่าว (เช่น เมื่อออกไปอยู่ในชุมชน)

หน่วยงานสาธารณสุขอาจกำหนดให้สวมหน้ากากอนามัยในบางสถานการณ์ เช่น เมื่อมีการระบาดของโรค

สถานที่ที่ไม่ได้ให้บริการดูแลสุขภาพซึ่งมีการรวมตัวของกลุ่มคน (เช่น สถานประกอบธุรกิจหรือองค์กร) อาจต้องกำหนดให้สวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในสถานที่

โดยควรพิจารณาปัจจัยดังต่อไปนี้ทุกข้อเมื่อตัดสินใจว่าจะกำหนดให้สวมหน้ากากอนามัยในสถานที่หรือไม่

- ผู้มีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อในสถานที่
  - ผู้ที่ได้รับวัคซีนป้องกันโรคโควิด-19 [ไม่ครบ](#) คือผู้ที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อโควิด-19 และมีอาการรุนแรง
  - ผู้ที่ [มีโรคประจำตัว](#) จะมีความเสี่ยงสูงในการป่วยเป็นโรคโควิด-19 ระดับรุนแรง
- คุณภาพของการระบายอากาศในสถานที่ -  
ดูข้อมูลและตัวเลือกในการระบายอากาศสำหรับสถานที่ที่มีและไม่มีระบบ HVAC (Heating, Ventilation, and Air Conditioning) - ระบบทำความร้อน ระบายอากาศ และปรับอากาศ [ในการระบายอากาศและคุณภาพอากาศสำหรับการลดอัตราการแพร่เชื้อ \(wa.gov\)](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) และ [การระบายอากาศในอาคาร | ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค](#)
- ความสามารถในการเว้นระยะห่างทางกายภาพในสถานที่
- ในกรณีที่สงสัยหรือได้รับการยืนยันว่ามีการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เราแนะนำเป็นอย่างยิ่งให้สวมหน้ากากอนามัยในร่มเมื่อเกิดการแพร่ระบาดในสภาพแวดล้อมที่มีการรวมตัวนอกสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ
- เมื่อมีระดับการแพร่ระบาดสูงในชุมชน CDC และ DOH แนะนำให้ทุกคนสวมหน้ากากอนามัยในร่มไม่ว่าจะมีสถานะการฉีดวัคซีนเป็นแบบใดก็ตาม ดู [ระดับการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในชุมชนที่กำหนดโดย CDC](#)

สถานที่ประเภทนี้ควรสนับสนุนผู้ที่เลือกใส่หน้ากากอนามัยโดยสมัครใจ

ดูคำแนะนำด้านการสวมหน้ากากอนามัยสำหรับบุคคล และข้อควรพิจารณาที่อิงตามความเสี่ยง

[คำแนะนำเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัยสำหรับบุคคล](#)

ผู้ที่มีอาการของโรค มีผลตรวจเชื้อโควิด-19 เป็นบวก หรือสัมผัสใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อโควิด-19

ควรสวมหน้ากากอนามัยให้สอดคล้องกับ [ข้อควรปฏิบัติหากคุณมีผลตรวจโควิด-19 เป็นบวก](#)

(ภาษาอังกฤษเท่านั้น), [ข้อควรปฏิบัติเมื่อคุณมีโอกาสสัมผัสกับผู้ติดเชื้อโควิด-19](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

และ [แผนผังต้นไม้การตัดสินใจเกี่ยวกับอาการของโรคโควิด-19](#)

บุคคลต้องสวมหน้ากากอนามัยตามข้อกำหนดของสถานที่ต่างๆ  
ดูข้อกำหนดได้ในส่วน [ข้อบังคับและคำสั่งเกี่ยวกับสุขภาพในปัจจุบัน](#)

แม้สถานการณ์จริงจะไม่ตรงกับที่กล่าวไว้ข้างต้น แต่บุคคลสามารถสวมหน้ากากอนามัยได้ตามความต้องการ  
รวมทั้งตามระดับความเสี่ยงของบุคคลและชุมชน

บุคคลควรพิจารณาปัจจัยดังต่อไปนี้เมื่อตัดสินใจว่าจะสวมหน้ากากอนามัยหรือไม่

- สถานะการฉีดวัคซีนของบุคคลและของครอบครัว เพื่อน รวมถึงครอบครัว - ผู้ที่ได้รับวัคซีนป้องกันโรคโควิด-19 [ไม่ครบ](#) คือผู้ที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อโควิด-19 และมีอาการรุนแรง
- [โรคประจำตัว](#) ของบุคคลและของครอบครัว เพื่อน รวมถึงครอบครัว ซึ่งเป็นปัจจัยเพิ่มความเสี่ยงในการป่วยเป็นโรคโควิด-19 ระดับรุนแรง
- ลักษณะของสภาพแวดล้อมที่คุณอยู่ (เช่น แออัด มีการระบายอากาศที่ไม่ดี)
- เมื่อมีระดับการแพร่ระบาดสูงในชุมชน CDC และ DOH แนะนำให้ทุกคนสวมหน้ากากอนามัยในร่ม [ไม่ว่าจะมีสถานะการฉีดวัคซีนเป็นแบบใดก็ตาม ดูระดับการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในชุมชนที่กำหนดโดย CDC](#)

## ข้อมูลและแหล่งข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโรคโควิด-19

ติดตาม [สถานการณ์โควิด-19 ปัจจุบันในวอชิงตัน \(ภาษาไทย\) ประกาศของฝ่ายการรัฐ Inslee \(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\), \[อาคาร \\(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\\), \\[เชื้อแพร่กระจายอย่างไร \\\(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\\\)\\]\\(#\\) และ \\[ผู้คนควรเข้ารับการรักษาเชื้ออย่างไรและเมื่อไร \\\(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\\\)\\]\\(#\\)\]\(#\)](#)

ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ใน [คำถามที่พบบ่อย \(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\)](#)

เชื้อชาติ/ชาติพันธุ์หรือสัญชาติไม่ได้ทำให้บุคคลหนึ่ง ๆ เสี่ยงต่อการติดโรคโควิด-19 เพิ่มขึ้น อย่างไรก็ตาม ข้อมูลเผยให้เห็นว่ากลุ่มคนผิวดำได้รับผลกระทบจากโรคโควิด-19 ในอัตราที่มากกว่ากลุ่มคนอื่น ๆ

เนื่องจากการเหยียดสีผิว และโดยเฉพาะอย่างยิ่งการเหยียดเชื้อชาติในเชิงโครงสร้าง

เป็นปัจจัยที่ทำให้คนบางกลุ่มมีโอกาสน้อยลงในการปกป้องตนเองและชุมชน

[การกล่าวโทษบุคคลอื่นไม่ได้ช่วยต่อสู้กับโรค \(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\)](#).

โปรดแชร์เฉพาะข้อมูลที่ถูกต้องกับคนอื่นเท่านั้น เพื่อป้องกันการแพร่ข่าวลือและข้อมูลผิดๆ

- [ข้อมูลการแพร่ระบาดของโคโรนาไวรัสสายพันธุ์ใหม่ในปี 2019 \(โควิด-19\) จาก WA State Department of Health \(ภาษาไทย\)](#)
- [การรับมือกับโคโรนาไวรัส \(โควิด-19\) จากรัฐวอชิงตัน \(ภาษาไทย\)](#)
- [ค้นหาแผนกหรือสำนักงานเขตที่ดูแลสุขภาพในพื้นที่ของคุณ \(เฉพาะในภาษาอังกฤษ\)](#)
- [ข้อมูลเกี่ยวกับโคโรนาไวรัส \(โควิด-19\) จาก CDC \(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\)](#)
- [วิธีทำหน้ากากอนามัยที่ง่ายและเหมาะสมสำหรับคนหูหนวก \(HSDC\) \(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\)](#)

หากมีคำถามเกี่ยวกับโรคโควิด-19 โทรหาสายด่วนข้อมูลโควิด-19 ได้ที่หมายเลข **1-800-525-0127**

วันจันทร์ตั้งแต่ 06.00 น. ถึง 22.00 น. วันอังคารถึงวันอาทิตย์และ [วันหยุดราชการ \(ภาษาอังกฤษเท่านั้น\)](#)

ตั้งแต่ 06.00 ถึง 18.00 น. สำหรับบริการล่าม กด # เมื่อมีการรับสายและบอกภาษาของคุณ

หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับสุขภาพ การตรวจหาไวรัสโควิด-19 หรือผลการตรวจ  
โปรดติดต่อผู้ให้บริการดูแลสุขภาพของคุณ

หากต้องการขอเอกสารนี้ในรูปแบบอื่น โปรดโทร 1-800-525-0127

สำหรับบุคคลที่หูหนวกหรือมีความบกพร่องทางการได้ยิน โปรดโทร 711 ([Washington Relay](#)) หรืออีเมล  
[civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)

## ภาคผนวก A: คำศัพท์

### สถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ

ตาม [Secretary of Health's Mask Order](#) (คำสั่งเกี่ยวกับการสวมหน้ากากของเลขาธิการกรมอนามัย)

(ภาษาอังกฤษเท่านั้น) สถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพคือสถานที่ของรัฐหรือของเอกชน

ซึ่งให้บริการดูแลสุขภาพแบบตัวต่อตัวให้แก่บุคคล โดยอาจมีข้อยกเว้นบางประการ

หากตั้งอยู่ในสถานที่ที่ใช้เพื่อให้บริการดูแลสุขภาพเป็นหลัก เช่น โรงพยาบาล

พื้นที่ทั้งหมดจะถือว่าเป็นสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพหรือสถานที่ให้บริการดูแลในระยะยาว

ซึ่งบุคคลต้องสวมอุปกรณ์ปิดใบหน้าเมื่ออยู่ในสถานที่ดังกล่าว

ทั้งนี้จะเป็นไปตามข้อยกเว้นของคำสั่งเกี่ยวกับการสวมอุปกรณ์ปิดใบหน้า

หากตั้งอยู่ในสถานที่ที่ใช้สำหรับวัตถุประสงค์อื่นเป็นหลัก เช่น

ร้านขายยาภายในร้านขายของชำหรือห้องพยาบาลในโรงเรียน

สถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพหรือสถานที่ให้บริการดูแลในระยะยาวจะหมายถึงเฉพาะพื้นที่ที่ใช้สำหรับให้บริการ

ดูแลสุขภาพเป็นหลักเท่านั้น โดยไม่รวมพื้นที่อื่นๆ ในสถานที่โดยรอบ

ซึ่งบุคคลต้องสวมอุปกรณ์ปิดใบหน้าในพื้นที่ที่ใช้สำหรับให้บริการดูแลสุขภาพเป็นหลัก

ทั้งนี้จะเป็นไปตามข้อยกเว้นของคำสั่งเกี่ยวกับการสวมอุปกรณ์ปิดใบหน้า

ผู้ให้บริการดูแลสุขภาพประกอบด้วยผู้ที่มีใบประกอบวิชาชีพซึ่งระบุไว้ใน [ข้อกำหนดด้านการออกไปประกอบวิ](#)

[วิชาชีพสำหรับผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพ](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

และผู้ที่ได้รับอนุญาตโดยกฎหมายเพื่อให้บริการดูแลสุขภาพโดยไม่ต้องมีใบประกอบวิชาชีพ

เว้นแต่จะอยู่ในรายการยกเว้นด้านล่างนี้ นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสุขภาพแล้ว

พนักงานและผู้มาเยือนทุกคนจะต้องสวมหน้ากากอนามัยเมื่ออยู่ในร่มภายในสถานที่ให้บริการ  
ดูแลสุขภาพด้วย

รายการสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพและสถานที่ให้บริการดูแลในระยะยาว

(สามารถให้บริการหลายประเภทพร้อมกันได้)

- สถานดูแลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลัน รวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงโรงพยาบาล
- สถานดูแลผู้ป่วยภาวะเฉียบพลันระยะยาว
- สถานพักฟื้นผู้ป่วยใน
- สถานดูแลสุขภาพเชิงพฤติกรรมของผู้ป่วยใน รวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงสถานประเมินและรักษาอาการ  
สถานรักษาอาการแบบมีพื้นที่พักอาศัย สถานบำบัดผู้ติดยาเสพติด
- สถานดูแลระยะยาวแบบมีพื้นที่พักอาศัย รวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงบ้านพักคนชรา  
บ้านพักคนชราแบบมีผู้ดูแล ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ  
สถานที่ให้บริการที่พักในชุมชนและการสนับสนุนซึ่งมีใบรับรอง  
และสถานที่ให้บริการสนับสนุนเฉพาะทางแบบไม่มีการรักษาทางการแพทย์
- คลินิกเคลื่อนที่หรือยานพาหนะที่มีบริการดูแลสุขภาพ
- สถานที่ให้บริการผู้ป่วยนอก รวมถึงแต่ไม่จำกัดเพียงศูนย์ฟอกไต คลินิกแพทย์  
และสถานที่ให้บริการดูแลด้านพฤติกรรม (รวมถึงคลินิกจิตแพทย์ คลินิกให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต  
และสถานบริการของผู้เชี่ยวชาญด้านการบำบัดการติดสารเสพติด)
- สถานที่ให้บริการทางทันตกรรมและทันตกรรมเฉพาะทาง
- สถานที่ให้บริการด้านทัศนมาตรศาสตร์และจักษุวิทยา

- ร้านขายยา (ไม่รวมพื้นที่สำหรับค้าปลีก)
- ร้านนวดรักษาอาการ (รวมถึงพื้นที่ให้บริการนวดภายในสถานที่ซึ่งไม่ได้ให้บริการดูแลสุขภาพ เช่น สปา และศูนย์สุขภาพ/สถานที่ออกกำลังกาย)
- คลินิกจัดกระดูก
- ปฏิบัติการผดุงครรภ์และศูนย์คลอดบุตรที่ตั้งแยกจากสถานที่อื่น ๆ
- สถานที่สำหรับแยกตัวและ/หรือกักตัว
- ศูนย์ศัลยกรรมผู้ป่วยนอก
- ศูนย์ผู้ป่วยกึ่งเร่งด่วน
- ศูนย์ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย
- การให้ดูแลสุขภาพที่บ้าน การดูแลผู้ป่วยที่บ้าน การดูแลส่วนบุคคล หรือการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่มีการว่าจ้างผู้ให้บริการ

สถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพและสถานที่ให้บริการในระยะยาวไม่รวมถึงรายการดังต่อไปนี้

- สถานที่จัดกิจกรรมกีฬาและกิจกรรมที่มีผู้ชม หรือกิจกรรมการรวมตัวอื่น ๆ (รวมถึงการดูแลนักกีฬาโดยผู้ฝึกซ้อมกีฬาที่มีใบอนุญาต) ที่ไม่ได้ใช้สำหรับให้บริการดูแลสุขภาพเป็นหลัก เช่น พื้นที่สำหรับการปฐมพยาบาลโดยเฉพาะ (ซึ่งถือว่าเป็นสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ)
- สถานสงเคราะห์ที่มีใบอนุญาตจาก Department of Children, Youth & Families (DCYF, กระทรวงเด็ก เยาวชน และครอบครัว) ซึ่งไม่ได้ให้บริการดูแลสุขภาพเป็นหลัก
- สถานที่วิจัยที่ไม่ได้ให้บริการดูแลสุขภาพแก่บุคคล
- สถานพยาบาลสัตว์
- บริษัทตัวแทนควบคุมสัตว์
- หน่วยงานด้ายมนุษยชนที่ไม่แสวงผลกำไร และ
- ร้านขายปลีกกัญชา รวมถึงร้านที่ให้บริการโดยที่ปรึกษาด้านการใช้กัญชาในทางการแพทย์

หากสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพกำหนดให้สวมหน้ากากอนามัยในพื้นที่กลางแจ้ง

คุณก็ต้องปฏิบัติตามกฎของสถานที่นั้นๆ ด้วย ดูข้อมูลเพิ่มเติมในส่วน [“กฎในพื้นที่ที่คุณอยู่”](#) ด้านล่าง โปรดไปที่หน้า [การป้องกันการติดเชื้อโควิด-19 ในสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพ](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) เพื่อดูคำแนะนำโดยละเอียด รวมถึงคำแนะนำในการควบคุมแหล่งแพร่เชื้อ (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) และคำแนะนำในการเยี่ยมชมสถานที่ให้บริการดูแลสุขภาพบางประเภท

### กฎในพื้นที่ที่คุณอยู่

ธุรกิจ องค์กร สถานประกอบการ และสถานที่ต่างๆ

มีสิทธิ์ตั้งกฎของตนเองเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัยในพื้นที่ของตน

ธุรกิจทุกแห่งจะต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดทั้งหมดใน [คำสั่ง L&I](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

และเลือกบังคับใช้กฎการสวมหน้ากากอนามัยในพื้นที่ต่างๆ (เช่น นอกอาคาร)

เพื่อสร้างมาตรการควบคุมที่เข้มงวดกว่า [คำสั่งเกี่ยวกับการสวมหน้ากากของเลขาธิการกรมอนามัย](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น)

เจ้าหน้าที่ให้บริการดูแลสุขภาพยังสามารถบังคับใช้คำสั่งเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัยเพื่อจำกัดการแพร่เชื้อในชุมชนได้อีกด้วย โดยกฎเหล่านี้อาจมีมาตรการที่เข้มงวดกว่า [คำสั่งเกี่ยวกับการสวมหน้ากากของเลขาธิการกรมอนามัย](#) (ภาษาอังกฤษเท่านั้น) แต่ต้องไม่ผ่อนปรนไปกว่าคำสั่งที่เลขาธิการกำหนด



นอกจากนี้ บุคคลบางคนอาจจำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัยหรือเลือกที่จะสวมหน้ากากอนามัยต่อได้  
ทุกคนมีสิทธิเลือกสวมหน้ากากอนามัยในที่สาธารณะ  
แม้ว่าจะไม่มีการใช้ข้อบังคับเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัยในรัฐหรือในท้องถิ่นก็ตาม  
โปรดเคารพสิทธิในการสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันตนเอง ครอบครัว และชุมชน ทั้งนี้  
หากเลือกสวมหน้ากากอนามัย เจ้าหน้าที่อาจขอให้คุณถอดหน้ากากออกในบางสถานการณ์ เช่น  
เพื่อตรวจสอบตัวตน