

บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน

เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เล่มที่ 19

เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)



ทิวากร อินเล็ก

ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

โรงเรียนอนุบาลวัดหนองขุนชาติ (อุทิศพิทยาคาร)

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุทัยธานี เขต 2



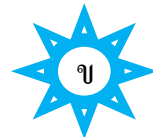
ในการเรียนกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค เป็นสาระที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพื่อการดำรงชีวิตที่ดี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน หากแต่ปัจจุบันยังพบว่าผู้เรียนไม่ค่อยสนใจดูแลและป้องกันสุขภาพของตนเอง และทั้งนี้ยังพบว่าผู้เรียนมีความรู้ใน การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค จึงมีความจำเป็นที่จะต้องหาทางแก้ไขให้ผู้เรียนมีความสนใจใฝ่เรียนรู้เรื่องสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรคให้มากขึ้น

สำหรับบทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูนเล่มนี้ เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) เป็นบทเรียนที่ให้ผู้เรียนศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง โดยผู้เรียนต้องศึกษาจากกรอบที่ 1 ถึงกรอบสุดท้าย และตรวจคำตอบด้วยตนเองจากเฉลยที่อยู่ในกรอบหน้าถัดไป ผู้เรียนควรปฏิบัติตามคำแนะนำจะเป็นการเสริมสร้างวินัยในตนเอง และสามารถนำไปใช้สร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรคของตนเอง ได้เป็นอย่างดี

บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ที่จัดทำขึ้นนี้ ผู้รายงานได้ใช้รูปการ์ตูนเพื่อเพิ่มความน่าสนใจ ให้ผู้เรียนไม่เบื่อหน่ายอยากเรียนรู้ และสะดวกต่อการเรียนการสอน

ผู้รายงานหวังว่าบทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูนเล่มนี้ จะทำให้ผู้เรียนมีทักษะการสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรคของตนเองตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และเป็นประโยชน์ต่อผู้สนใจ ต่อเพื่อนครู และวงการศึกษต่อไป

ทิวากร อินเล็ก



สารบัญ



	หน้า
คำนำ.....	ก
สารบัญ.....	ข
คำแนะนำสำหรับครูผู้สอน.....	ค
คำแนะนำสำหรับผู้เรียน.....	ง
จุดประสงค์การเรียนรู้.....	จ
ลำดับขั้นตอนการใช้แบบบทเรียนสำเร็จประกอบภาพการ์ตูนรูปสำหรับ นักเรียน.....	ฉ
แบบทดสอบก่อนเรียน.....	1
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน.....	4
กรอบที่ 1.....	5
กรอบที่ 2.....	6
กรอบที่ 3.....	7
กรอบที่ 4.....	10
กรอบที่ 5.....	11
กรอบที่ 6.....	12
ใบกิจกรรม.....	14
แบบทดสอบหลังเรียน.....	16
เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน.....	19
บรรณานุกรม.....	20

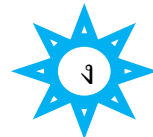




คำแนะนำสำหรับครูผู้สอน



1. บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ใช้เป็นสื่อการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 19 เวลา 1 ชั่วโมง
2. ก่อนดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ในแผนการจัดการเรียนรู้ที่ 19 ครูให้ผู้เรียน ทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อดูพื้นฐานทางการเรียนรู้ของผู้เรียน
3. ครูชี้แจงวิธีการศึกษาบทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน .ถึงจุดมุ่งหมายของการทำบทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน และขั้นตอนในการปฏิบัติ วิธีการใช้อย่างละเอียดให้ผู้เรียนเข้าใจและพร้อมที่จะศึกษา
4. ผู้เรียนแต่ละคนอาจใช้เวลาในการศึกษาบทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูนไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับความสามารถของแต่ละบุคคล ครูควรให้ผู้เรียนฝึกปฏิบัติตามขั้นตอน ต้องใช้ความอดทน ให้คำชี้แนะเมื่อผู้เรียนเกิดปัญหาให้กำลังใจและแรงเสริมกับผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนมีความภาคภูมิใจและมั่นใจในตนเอง
5. ครูคอยสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนระหว่างที่ผู้เรียนทำกิจกรรม เพื่อบันทึกการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียน
6. เมื่อผู้เรียนฝึกปฏิบัติเสร็จแล้ว ให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน ซึ่งเป็นแบบทดสอบฉบับเดียวกับแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อประเมินผลหลังการเรียน หลังจากใช้บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
7. นำผลการทดสอบและผลการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียนมาประมวลผลเปรียบเทียบ สรุป เป็นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนและครู ได้ทราบพัฒนาการของการเรียนรู้และแนะนำหรือจัดหากิจกรรมเพื่อการซ่อมเสริมหากไม่ผ่านเกณฑ์

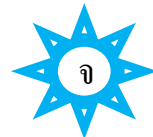


คำแนะนำสำหรับผู้เรียน



บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่ผู้เรียนกำลังศึกษาอยู่ในขณะนี้ เป็นบทเรียนสำเร็จรูป ที่จัดเนื้อหาไว้เป็นลำดับขั้นตอนเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างถูกต้อง เริ่มจากกรอบที่ 1 ไปจนถึงกรอบสุดท้าย ผู้เรียนสามารถเรียนรู้และฝึกปฏิบัติได้ด้วยตนเอง การใช้บทเรียนสำเร็จรูปควรปฏิบัติตามกฎกติกาในการใช้อย่างเคร่งครัด จึงจะได้ผลดี ซึ่งข้อปฏิบัติของการใช้บทเรียนสำเร็จรูปมีดังนี้

1. ผู้เรียนอ่านคำชี้แจง วิธีการใช้บทเรียนสำเร็จรูปให้ละเอียด
2. ก่อนทำกิจกรรมในแต่ละบทเรียนสำเร็จรูป ให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อดูพื้นฐานความรู้ของตน
3. บทเรียนสำเร็จรูปประกอบด้วย
 - 3.1 แบบทดสอบก่อนเรียน
 - 3.2 บทเรียนสำเร็จรูป
 - 3.3 แบบทดสอบหลังเรียน
4. ผู้เรียนเริ่มศึกษาเนื้อหาและทำกิจกรรมตามที่กำหนดไว้ ที่ละกิจกรรม โดยผู้เรียนจะต้องมีความซื่อสัตย์ต่อตนเอง จะต้องไม่เปิดดูเฉลยก่อน เมื่อตอบหรือทำกิจกรรมเสร็จแล้ว จึงค่อยเปิดดูเฉลยเพื่อตรวจดูคำตอบของผู้เรียนว่าถูกต้องหรือไม่ ถ้าไม่ถูกต้องผู้เรียนอาจศึกษาเนื้อหาใหม่อีกครั้ง หรือหลายครั้งก็ได้ จนเข้าใจแล้วลองตอบคำถามใหม่
5. เมื่อผู้เรียนทำบทเรียนสำเร็จรูปเรียบร้อยแล้ว ให้ทำแบบทดสอบหลังเรียน เพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการเรียน
6. หลังจากอ่าน กฎ กติกาข้างบนนี้แล้ว ขอให้ผู้เรียนตั้งใจ มีสมาธิ และมีความซื่อสัตย์ในการฝึกทำบทเรียนสำเร็จรูป ไม่ต้องรีบร้อน หรือกังวลว่าช้า หรือเร็วกว่าคนอื่นเพราะจะทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ได้



จุดประสงค์การเรียนรู้

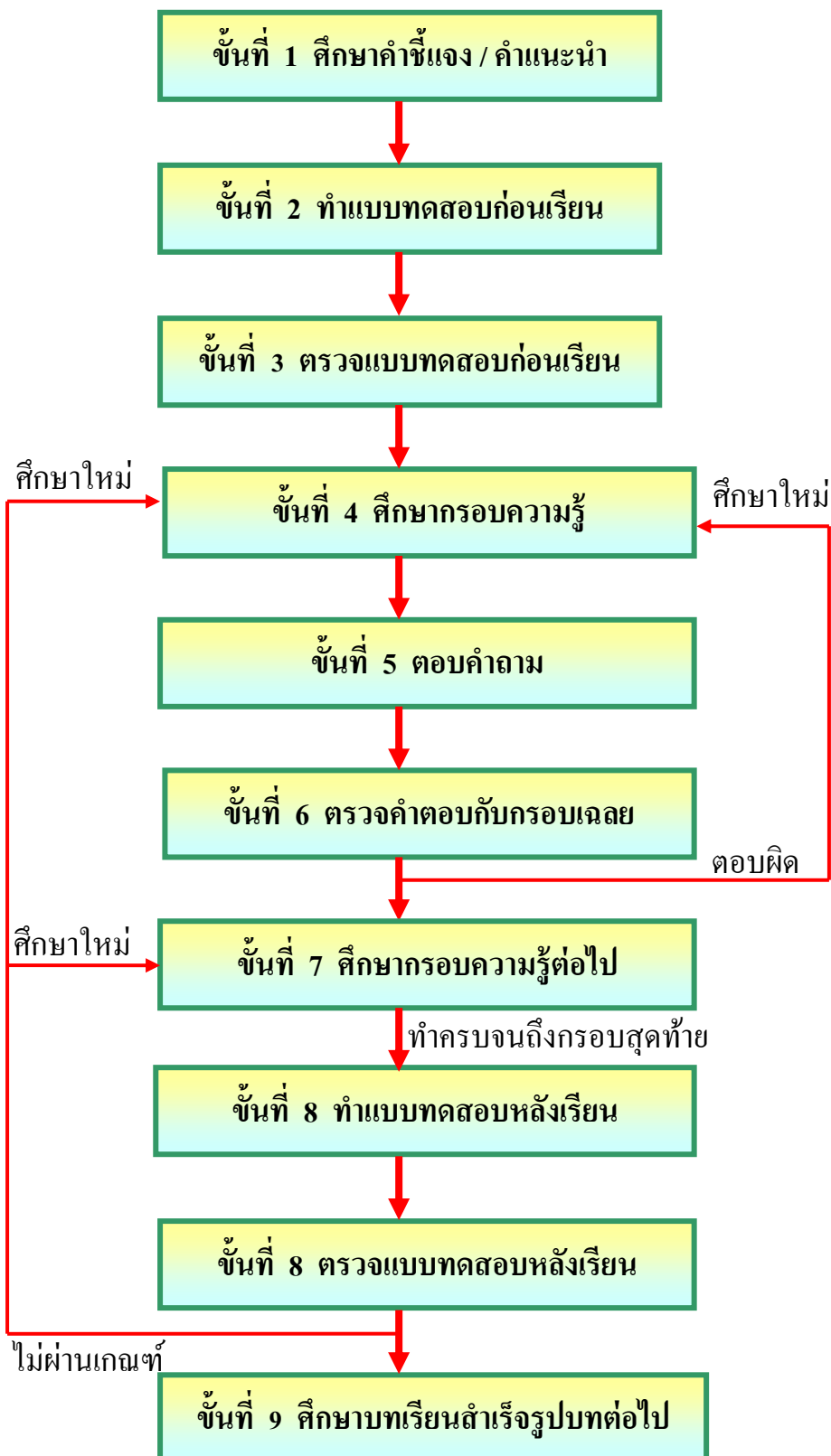


1. สามารถบอกความเป็นมาของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้
2. สามารถบอกสาเหตุของการแพร่ติดต่อของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้
3. สามารถบอกอาการของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้
4. สามารถบอกพาหะนำโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้
5. สามารถบอกวิธีป้องกันรักษาโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้





ลำดับขั้นตอนการใช้แบบทเรียนสำเร็จประกอบภาพการ์ตูนรูปสำหรับนักเรียน





แบบทดสอบก่อนเรียน

บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน

เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

คำชี้แจง

ให้ผู้เรียนทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก ข ค และ ง ที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. ข้อใดหมายถึง “D (Social Distancing)”
 - ก. การไม่เข้าสังคม
 - ข. การเว้นระยะห่างระหว่างกัน ไม่ใกล้ชิดเกินไป
 - ค. การไม่รวมกลุ่มทำกิจกรรม
 - ง. ระยะห่างเห็นของคนจากโลกออนไลน์
2. คำขวัญที่ทางรัฐบาลณรงค์ให้คนไทยช่วยกันยับยั้งการแพร่ระบาดของโควิด- 19 คือข้อใด
 - ก. สวมหน้ากาก ก่อนออกจากบ้าน
 - ข. ร่วมมือ ร่วมใจ ต้านภัย โควิด-19
 - ค. อยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ
 - ง. ห่างไกลกันสักพัก รักษาระยะห่างทางสังคม
3. โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) เกิดที่ประเทศใด
 - ก. ไทย
 - ข. จีน
 - ค. อินเดีย
 - ง. สหรัฐอเมริกา



4. อาการทั่วไปของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) มีอาการอย่างไร
 - ก. มีไข้ ปวดศีรษะ อาเจียน
 - ข. มีไข้ ปวดศีรษะ ตาพร่ามัว
 - ค. มีไข้ ปวดท้อง ท้องเสีย
 - ง. มีไข้ ไอแห้ง อ่อนเพลีย
5. ข้อใดเป็นมาตรการป้องกันไม่ให้เป็นโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
 - ก. D – M – H – T – T
 - ข. D – M – H – T – P
 - ค. D – M – E – T – T
 - ง. P – M – H – T – T
6. ข้อใดเป็นชื่อของยาต้านไวรัสใช้รักษาอาการโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
 - ก. พาราเซตามอล
 - ข. วิตามินซี
 - ค. แอสไพริน
 - ง. คลอเฟนิรามีน
7. ผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่ำ ควรปฏิบัติตัวอย่างไร
 - ก. ต้องตรวจหาเชื้อ และเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล
 - ข. ต้องตรวจหาเชื้อ และต้องกักตัว 14 วัน
 - ค. ไม่ต้องตรวจหาเชื้อแต่ต้องกักตัว 14 วัน
 - ง. ไม่ต้องกักตัว ไม่ต้องตรวจหาเชื้อ แต่ต้องสังเกตอาการ 14 วัน
8. ผู้ป่วยติดเชื้อที่มีอาการไม่รุนแรง แต่ถ้าเป็นโรคประจำตัวร่วม จะทำให้มีอาการรุนแรง ยกเว้นโรคในข้อใด
 - ก. โรคไตเรื้อรัง
 - ข. โรคเบาหวาน
 - ค. โรคโลหิตจาง
 - ง. โรคอ้วน

9. กรมควบคุมโรคกำหนดเกณฑ์ผู้ที่ควรตรวจโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)ออกเป็นกี่กลุ่ม

ก. 2

ข. 3

ค. 4

ง. 5

10. ถ้านักเรียนอยู่ในกลุ่มไม่เสี่ยง ควรปฏิบัติตัวตามข้อใดที่ดีที่สุด

ก. ปฏิบัติตัวตามปกติไม่ต้องระวังตัว

ข. ออกไปยังสถานที่ต่างๆ ได้ตามปกติ แต่ต้องสวมแมส

ค. ปฏิบัติตัวตามปกติ ใช้ของใช้ร่วมกับคนอื่นในครอบครัวได้

ง. ดูแลตัวเอง เว้นระยะห่าง สวมแมส ล้างมือ ตรวจวัดอุณหภูมิ
ใช้แอปไทยชนะ

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน
บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน
เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

ข้อ	คำตอบ
1	ข
2	ก
3	ข
4	ง
5	ก
6	ข
7	ง
8	ก
9	ข
10	ง



กรอบที่ 1



สาเหตุและความเป็นมาของการเกิดโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

- โรคโควิด 19 คือ โรคติดต่อซึ่งเกิดจากไวรัสโคโรนาชนิดที่มีการค้นพบล่าสุด
- ไวรัสและโรคอุบัติใหม่นี้ไม่เป็นที่รู้จักเลยก่อนที่จะมีการระบาดในเมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน ในเดือนธันวาคม ปี 2019
- ขณะนี้โรคโควิด19 มีการระบาดใหญ่ไปทั่ว ส่งผลกระทบต่อหลายประเทศทั่วโลก

น้อง ๆ อ่านข้อความข้างบนแล้วตอบคำถามต่อไปนี้ครับ



1. โรคโควิด 19 เป็นโรคติดต่อหรือไม่ ?
2. โรคโควิด 19 เกิดขึ้นที่ใด ?



เฉลยกรอบที่ 1

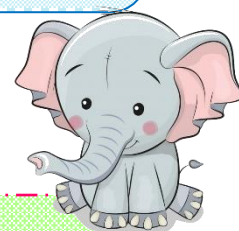


1. โรคติดต่อนำเชื้อไวรัส
2. เมืองอู่ฮั่น ประเทศจีน



น้อง ๆ ถ้าตอบผิดกลับไปศึกษากรอบที่ 1
อีกครั้ง แต่ถ้าตอบถูกไปศึกษากรอบที่ 2
ต่อเลยครับ

กรอบที่ 2



อาการของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

อาการทั่วไปมีดังนี้

มีไข้ ไอแห้ง อ่อนเพลีย

อาการที่พบไม่บ่อยนักมีดังนี้

ปวดเมื่อยเนื้อตัว เจ็บคอ ท้องเสีย ตาแดง ปวดศีรษะ สูญเสียความสามารถในการดมกลิ่นและรับรส มีผื่นบนผิวหนัง หรือนิ้วมือนิ้วเท้าเปลี่ยนสี

อาการรุนแรงมีดังนี้

หายใจลำบากหรือหายใจถี่ เจ็บหน้าอกหรือแน่นหน้าอก สูญเสียความสามารถในการพูดและเคลื่อนไหว โปรดเข้ารับการรักษาทันทีหากมีอาการรุนแรง และติดต่อล่วงหน้าก่อนไปพบแพทย์หรือไปสถานพยาบาลเสมอ

ผู้ที่มีอาการ ไม่รุนแรงและไม่มีปัญหาสุขภาพอื่นๆ ควรรักษาตัวอยู่ที่บ้าน โดยเฉลี่ยแล้วผู้ที่ติดเชื้อไวรัสจะแสดงอาการป่วยใน 5-6 วัน อย่างไรก็ตาม ผู้ป่วยอาจใช้เวลานานถึง 14 วันจึงจะแสดงอาการ

น้อง ๆ ศึกษากรอบที่ 2 แล้วมาลองตอบคำถามกันดูนะครับ

1. อาการรุนแรงของโรคโควิด 19 มีอาการอย่างไร ?
2. ผู้ป่วยที่ติดโรคโควิด 19 จะแสดงอาการในกี่วัน ?



เฉลยกรอบที่ 2



1. หายใจลำบากหรือหายใจถี่ เจ็บหน้าอกหรือแน่นหน้าอก สูญเสียความสามารถในการพูดและเคลื่อนไหว
2. 5-6 วัน อาจมีผู้ป่วยบางรายใช้เวลานานถึง 14 วัน จึงจะแสดงอาการ



ตอบถูกต้อง เก่งจริง ๆ ครับ น้อง ๆ
ไปศึกษาในกรอบที่ 3 กันเลยครับ

กรอบที่ 3



แนวทางการรักษาเมื่อติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

การรักษา COVID-19 แบ่งกลุ่มตามอาการได้เป็น 4 กรณี ดังนี้

1. ผู้ติดเชื้อ COVID-19 ไม่มีอาการอื่น ๆ หรือ สบายดี แนะนำให้นอนโรงพยาบาล หรือในสถานที่รัฐจัดให้อย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่ตรวจพบเชื้อ และให้จำหน่ายจากโรงพยาบาลได้ หากมีอาการปรากฏขึ้นมาให้ตรวจวินิจฉัยและรักษาตามสาเหตุ ให้ดูแลรักษาตามดุลยพินิจของแพทย์ ไม่ให้ยาต้านไวรัส เนื่องจากส่วนมากหายได้เองและอาจได้รับผลข้างเคียงจากยา
2. ผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรง ไม่มีปอดอักเสบ ไม่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรครุนแรง/โรคร่วมสำคัญ ภาพถ่ายรังสีปอดปกติ ให้ดูแลรักษาตามอาการ ส่วนมากหายได้เอง แนะนำให้นอนโรงพยาบาล หรือในสถานที่รัฐจัดให้อย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่เริ่มมีอาการ หรือจนกว่าอาการจะดีขึ้นอย่างน้อย 24-48 ชั่วโมง พิจารณาจำหน่ายผู้ป่วยได้ ตามดุลยพินิจของแพทย์
3. ผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรงแต่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรครุนแรง หรือมีโรคร่วมสำคัญ หรือผู้ป่วยที่มีปอดบวมเล็กน้อย ซึ่งไม่เข้าเกณฑ์ข้อ 4 ปัจจัยเสี่ยงได้แก่ข้อใดข้อหนึ่งต่อไปนี้ ได้แก่
 - อายุ >60 ปี
 - โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD) รวมโรคปอดเรื้อรังอื่น ๆ
 - โรคไตเรื้อรัง (CKD)
 - โรคหัวใจและหลอดเลือด รวมโรคหัวใจแต่กำเนิด



ยังไม่จบนะครับ ศึกษากรอบที่ 3 กันต่อเลยครับ

กรอบที่ 3



แนวทางการรักษาเมื่อติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

- โรคหลอดเลือดสมอง
- เบาหวานที่ควบคุมไม่ได้
- ภาวะอ้วน (น้ำหนักมากกว่า 90 กก.)
- ตับแข็ง ภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ

แนะนำให้นอนโรงพยาบาล อย่างน้อย 14 วัน หรือจนกว่าอาการจะดีขึ้น ให้ยาต้านไวรัส วิฟิราเวียร์ โดยเริ่มให้ยาเร็วที่สุด ระยะเวลา 5 วัน หรือ มากกว่า ขึ้นกับอาการทางคลินิกตามความเหมาะสม หรือปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ อาจพิจารณาให้ยากดลิมโฟคิตอไทม์ร่วมกับยาต้านไวรัสวิฟิราเวียร์ ในกรณีที่มีผู้ป่วยมีอาการและภาพถ่ายรังสีปอดที่แย่ลง

4. ผู้ป่วยยืนยันที่มีปอดบวมที่ หรือมีภาวะลดลงของออกซิเจน แนะนำให้ยาต้านไวรัสวิฟิราเวียร์ เป็นเวลา 5-10 วัน ขึ้นกับอาการทางคลินิก



ศึกษาจบแล้ว น้อง ๆ ลองมา ช่วยกันตอบคำถามนะ

การรักษา COVID-19 แบ่งกลุ่มตามอาการได้เป็นกี่กรณี อะไรบ้าง ?

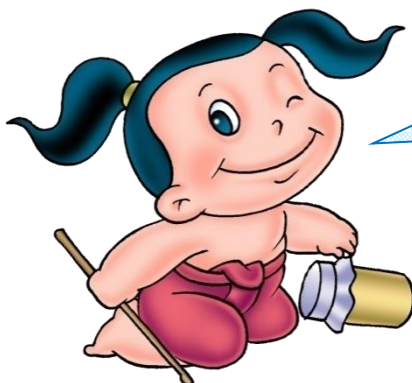


เฉลยกรอบที่ 3



4 กรณี ดังนี้

1. ผู้ติดเชื้อ COVID-19 ไม่มีอาการอื่น ๆ หรือ สบายดี แนะนำให้นอนโรงพยาบาล หรือในสถานที่รัฐจัดให้อย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่ตรวจพบเชื้อ
2. ผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรง ไม่มีปอดอักเสบ ไม่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรครุนแรง/โรคร่วมสำคัญ ภาพถ่ายรังสีปอดปกติ ให้ดูแลรักษาตามอาการ ส่วนมากหายได้เอง แนะนำให้นอนโรงพยาบาล หรือในสถานที่รัฐจัดให้อย่างน้อย 14 วัน นับจากวันที่เริ่มมีอาการ หรือจนกว่าอาการจะดีขึ้นอย่างน้อย 24-48 ชั่วโมง
3. ผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรงแต่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรครุนแรง หรือมีโรคร่วมสำคัญ ได้แก่ อายุ >60 ปี โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง รวมโรคปอดเรื้อรังอื่น ๆ โรคไตเรื้อรัง โรคหัวใจและหลอดเลือด รวมโรคหัวใจแต่กำเนิด โรคหลอดเลือดสมอง เบาหวานที่ควบคุมไม่ได้ ภาวะอ้วน (น้ำหนักมากกว่า 90 กก.) ดับแฉียง ภาวะภูมิคุ้มกันต่ำ ให้นอนโรงพยาบาล อย่างน้อย 14 วัน หรือจนกว่าอาการจะดีขึ้น หรือให้ยาต้านไวรัสซิพีราเวียร์โดยเริ่มให้ยาเร็วที่สุด ระยะเวลา 5 วัน หรือมากกว่า ขึ้นกับอาการ
4. ผู้ป่วยยืนยันที่มีปอดบวมที่ หรือมีภาวะลดลงของออกซิเจน แนะนำให้ยาต้านไวรัสซิพีราเวียร์เป็นเวลา 5-10 วัน ขึ้นกับอาการ



ตอบถูกต้อง เก่งจริง ๆ ครับ น้อง ๆ
ไปศึกษากรอบที่ 4 ต่อไปเลยนะครับ



กรอบที่ 4



การป้องกันไม่ให้เป็นโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

ยึดหลัก

D – M – H – T – T

เพื่อรับมือโควิด-19 ระลอกใหม่

D Distancing
อยู่ห่างไว้

M Mask Wearing
ใส่แมสก์กัน

H Hand washing
หมั่นล้างมือ

T Testing
ตรวจวัดอุณหภูมิ
ตรวจหาเชื้อโควิด-19 (เฉพาะกรณี)

T Thai Cha na
ใช้แอปฯ ไทยชนะ

คำขวัญที่ทางรัฐบาลณรงค์ให้คนไทยช่วยกันยับยั้งการแพร่ระบาดของโควิด-19

อยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ

ศึกษาจบแล้วลองมาช่วยกันตอบคำถามนะครับ

เราป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้อย่างไร ?





เฉลยกรอบที่ 4

การป้องกันไม่ให้เป็นโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

1. เว้นระยะห่าง
2. สวมหน้ากาก
3. ล้างมือบ่อย
4. ตรวจวัดอุณหภูมิ
5. ใช้แอปไทยชนะ

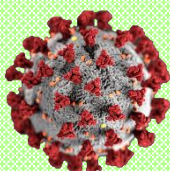


ตอบถูกทุกข้อ เก่งจริง ๆ ค่ะ น้อง ๆ
ไปศึกษากรอบที่ 5 กันค่ะ

กรอบที่ 5



จุดเสี่ยงในที่สาธารณะสัมผัสแล้วต้องรีบล้างมือ



ราวบันได



ห้องน้ำ
สาธารณะ



ลูกบิด/ที่จับ
ประตู



โทรศัพท์



ไมโครโฟน



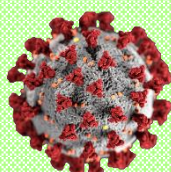
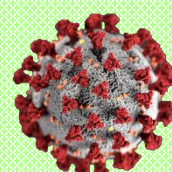
ราวจับ
รถสาธารณะ



เหรียญ/ธนบัตร



ATM



โต๊ะทำงาน



รถเข็น/ตะกร้า
ในห้าง/ซูเปอร์มาร์เก็ต



ปุ่มกดลิฟต์



ที่เปิดประตู
รถสาธารณะ

ศึกษาจบแล้วลองมาช่วยกันตอบคำถามนะคะ

จุดเสี่ยงในที่สาธารณะสัมผัสแล้วต้องรีบล้างมือ
มีสถานที่ใดบ้าง ?





เฉลยกรอบที่ 5

รวบับได ห้างน้ำสาธารณะ ลูกบิด/ที่จับประตู โทรศัพท์ ไมโครโฟน
เหรียญ/ธนบัตร ตู้เอทีเอ็ม โต๊ะทำงาน ราวจับรถสาธารณะ
ปุ่มกดลิฟท์ ที่จับเปิดประตูรถสาธารณะ รถเข็นหรือตะกร้าในซูเปอร์มาร์เก็ต



ถ้าตอบถูกต้อง เก่งมากครับน้อง ๆ ไป
ศึกษากรอบที่ 6 กันเลยครับ

กรอบที่ 6



เกณฑ์ของกรมควบคุมโรคที่กำหนดว่าใครควรตรวจโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

แบ่งกลุ่มเสี่ยงในสถานที่นั้นออกคร่าว ๆ เป็น 3 กลุ่ม

เสียงสูง	เสียงต่ำ	ไม่เสียง
คนที่อยู่ใกล้ผู้ป่วย โดยไม่ใส่แมสก์ ต้องขีดระดับไหน? - อยู่ใกล้ๆ เกิน 5 นาที - อยู่ที่ปิดด้วยกันใน ระยะ 1 ม. เกิน 15 นาที	คนที่อยู่ใกล้ผู้ป่วย แต่ใส่แมสก์ป้องกัน หรือ คนที่อยู่ห่าง ผู้ป่วยมากกว่า 1 เมตร	คนที่อยู่ไกลมาก ๆ เช่น คนละชั้น คนละห้อง
ข้อเสนอแนะ ควรตรวจหาเชื้อ + กักตัว 14 วัน	ข้อเสนอแนะ ไม่ต้องกักตัว ไม่ต้องตรวจ แต่สังเกตอาการ 14 วัน	ข้อเสนอแนะ ดูแลตัวเอง ใส่แมสก์ ล้างมือบ่อยๆ
ความเสี่ยงจะเพิ่มจาก	ไม่ใส่แมสก์ + อยู่ใกล้ชิดกัน	+ อยู่ในที่อากาศไม่ถ่ายเท

น้อง ๆ ลองตอบคำถามต่อไปนี้ครับ

เมื่อเราหรือคนในบ้าน มีความเสี่ยงโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ควรปฏิบัติอย่างไร ?

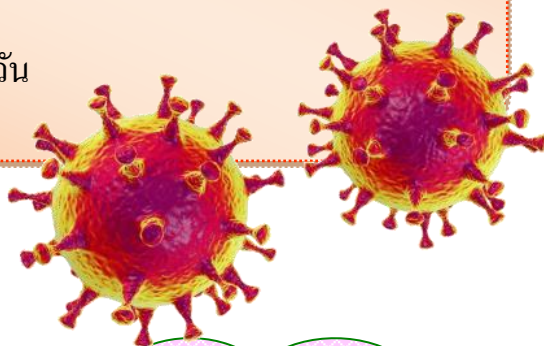


เฉลยกรอบที่ 6



พิจารณาความเสี่ยงก่อนว่าอยู่ในเกณฑ์ใด

1. **ไม่เสี่ยง** ควรดูแลตัวเอง D - M - H - T - T = เว้นระยะห่าง - ใส่แมส - ล้างมือบ่อยๆ - ตรวจวัดอุณหภูมิ - ใช้แอปไทยชนะ
2. **เสี่ยงต่ำ** ไม่ต้องกักตัว ไม่ต้องตรวจ แต่ต้องสังเกตอาการ 14 วัน ถ้ามีอาการสงสัยปรึกษาแพทย์
3. **เสี่ยงสูง** ควรตรวจหาเชื้อ กักตัว 14 วัน



ไฮโย! เรียนจบกรอบสุดท้ายแล้ว

มาทำแบบทดสอบหลังเรียนกันก่อนนะคะ

แล้วเปรียบเทียบดูว่า ผลการเรียนรู้

มีการพัฒนาหรือไม่



ใบกิจกรรมบทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน
เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนคำตอบลงในกระดาษคำตอบให้ตรงกับกรอบต่าง ๆ
ที่กำหนดให้

กรอบที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กรอบที่ 2

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กรอบที่ 3

.....

.....

.....

.....

.....

กรอบที่ 4

.....

.....

.....

.....

.....

กรอบที่ 5

.....

.....

.....

.....

.....

กรอบที่ 6

.....

.....

.....

.....

.....

แบบทดสอบหลังเรียน
บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน
เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

คำชี้แจง

ให้ผู้เรียนทำเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก ข ค และ ง ที่ถูกที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. ข้อใดหมายถึง “D (Social Distancing)”
 - ก. การไม่เข้าสังคม
 - ข. การเว้นระยะห่างระหว่างกัน ไม่ใกล้ชิดเกินไป
 - ค. การไม่รวมกลุ่มทำกิจกรรม
 - ง. ระยะห่างเห็นของคนจากโลกออนไลน์
3. คำขวัญที่ทางรัฐบาลณรงค์ให้คนไทยช่วยกันยับยั้งการแพร่ระบาดของโควิด-19 คือข้อใด
 - ก. สวมหน้ากาก ก่อนออกจากบ้าน
 - ข. ร่วมมือ ร่วมใจ ต้านภัย โควิด-19
 - ค. อยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ
 - ง. ห่างไกลกันสักพัก รักษาระยะห่างทางสังคม
3. โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) เกิดที่ประเทศใด
 - ก. ไทย
 - ข. จีน
 - ค. อินเดีย
 - ง. สหรัฐอเมริกา

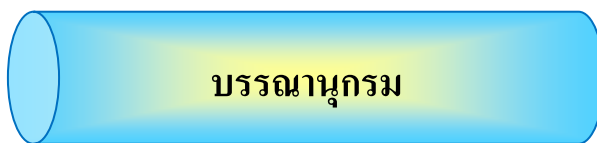
4. อาการทั่วไปของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) มีอาการอย่างไร
 - ก. มีไข้ ปวดศีรษะ อาเจียน
 - ข. มีไข้ ปวดศีรษะ ตาพร่ามัว
 - ค. มีไข้ ปวดท้อง ท้องเสีย
 - ง. มีไข้ ไอแห้ง อ่อนเพลีย
5. ข้อใดเป็นมาตรการป้องกันไม่ให้เป็นโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
 - ก. D – M – H – T – T
 - ข. D – M – H – T – P
 - ค. D – M – E – T – T
 - ง. P – M – H – T – T
6. ข้อใดเป็นชื่อของยาต้านไวรัสใช้รักษาอาการโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
 - ก. พาราเซตามอล
 - ข. วิตามินซี
 - ค. แอสไพริน
 - ง. คลอเฟนิรามีน
7. ผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่ำ ควรปฏิบัติตัวอย่างไร
 - ก. ต้องตรวจหาเชื้อ และเข้ารักษาตัวในโรงพยาบาล
 - ข. ต้องตรวจหาเชื้อ และต้องกักตัว 14 วัน
 - ค. ไม่ต้องตรวจหาเชื้อแต่ต้องกักตัว 14 วัน
 - ง. ไม่ต้องกักตัว ไม่ต้องตรวจหาเชื้อ แต่ต้องสังเกตอาการ 14 วัน
8. ผู้ป่วยติดเชื้อที่มีอาการไม่รุนแรง แต่ถ้าเป็นโรคประจำตัวร่วม จะทำให้มีอาการรุนแรง ยกเว้นโรคในข้อใด
 - ก. โรคไตเรื้อรัง
 - ข. โรคเบาหวาน
 - ค. โรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด
 - ง. โรคอ้วน

9. กรมควบคุมโรคกำหนดเกณฑ์ผู้ที่ควรตรวจโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)ออกเป็นกี่กลุ่ม
 - ก. 2
 - ข. 3
 - ค. 4
 - ง. 5
10. ถ้านักเรียนอยู่ในกลุ่มไม่เสี่ยง ควรปฏิบัติตัวตามข้อใดที่ดีที่สุด
 - ก. ปฏิบัติตัวตามปกติไม่ต้องระวังตัว
 - ข. ออกไปยังสถานที่ต่างๆ ได้ตามปกติ แต่ต้องสวมแมส
 - ค. ปฏิบัติตัวตามปกติ ใช้ของใช้ร่วมกับคนในครอบครัวได้
 - ง. ดูแลตัวเอง เว้นระยะห่าง สวมแมส ล้างมือ ตรวจวัดอุณหภูมิ ใช้แอปไทยชนะ

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน
บทเรียนสำเร็จรูปประกอบภาพการ์ตูน
เรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
เล่มที่ 19 เรื่อง โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

ข้อ	คำตอบ
1	ข
2	ก
3	ข
4	ง
5	ก
6	ข
7	ง
8	ก
9	ข
10	ง





กรมวิชาการ. (2552). การจัดสาระการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

_____. (2552). คู่มือครูสาระการเรียนรู้รายวิชาพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 .ตามหลักสูตรการแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

กระทรวงศึกษาธิการ, กระทรวง. (2551). ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

กรมการแพทย์. (2563). แนวทางเวชปฏิบัติ การวินิจฉัย ดูแลรักษา และป้องกันการติดเชื้อในโรงพยาบาล กรณีโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้นเมื่อวันที่ 11 กันยายน 2563. จาก https://covid19.dms.go.th/Content/Select_Landding_page?contentId=127

กรมควบคุมโรค. (2563). แนวทางการดำเนินงานเฝ้าระวังโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19). สืบค้นเมื่อวันที่ 11 กันยายน 2563. จาก https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/faq_more.php.

