

แนวทางสำหรับ อสม. ในการดูแลจิตใจผู้ที่แยกสังเกตอาการ ในที่พักอาศัย

1. สอบถาม สังเกตอาการความวิตกกังวล สาเหตุความต้องการของผู้แยกสังเกตอาการและครอบครัว ช่วงแรกจะขอให้มีการสอบถามพูดคุยทุกวัน วันละ 1 ครั้ง
2. ขอความร่วมมือผู้ที่กักตัวเองอยู่ในที่พักอาศัย สื่อสารให้เข้าใจถึงข้อดีของการแยกสังเกตอาการที่มีต่อตนเอง คนที่รักและประเทศ และประเมินความรู้สึกของครอบครัวต่อผู้แยกสังเกต ทำความเข้าใจกับครอบครัว เพื่อให้กำลังใจผู้ที่แยกสังเกตตัวเองอยู่ในบ้าน รวมทั้งจัดเตรียมเครื่องอุปโภค บริโภคให้พร้อม
3. ใช้แบบคัดกรองความเครียด 5 ข้อ และประเมินคะแนนความเครียด อย่างน้อย 1 ครั้งต่ออาทิตย์ ดังนี้
 - 0 – 4 **เครียดน้อย** ชวนคุย และแนะนำกิจกรรมที่เพลิดเพลิน เช่น จัดหาวิทยุโทรทัศน์ ให้
 - 5 –7 **เครียดปานกลาง** ชวนคุย ให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการพูดคุย โดยการใช้โทรศัพท์หรือหากพบปะพูดคุย ควรสวมหน้ากากอนามัยและเว้นระยะห่างในการพูดคุย 1-2 เมตรหรือใช้ช่องทางสายด่วนสุขภาพจิต 1323
 - 8 ขึ้นไป **เครียดมาก** ทำแบบประเมินซึมเศร้า 2 ข้อ หากพบ 1 ข้อ ให้ปรึกษาบุคลากร รพ.สตและเจ้าหน้าที่บุคลากรสุขภาพจิตทีม MCATT ตามลำดับ