

# แนวทางการดูแลสุขภาพจิตใน *Home Isolation*

## ผู้ที่ **ไม่เข้าเกณฑ์** การทำ Home Isolation

- ✗ มีประวัติการรักษาโรคทางจิตเวชมาก่อน
- ✗ มีประวัติติดหรือรักษาด้วยสารเสพติด ได้แก่ สุรา ทัณชา ยาบ้า เฮโรอีน
- ✗ มีความคิดอยากตายหรือเคยทำร้ายตัวเอง



ผู้ป่วยประเมินสุขภาพใจ  
ด้วยตนเองทางออนไลน์  
**Mental Health Check-In**  
อย่างน้อย **1** ครั้ง  
อาทิตย์ละ



เจ้าหน้าที่ให้ข้อมูลการดูแลสุขภาพจิต  
ด้วยตนเอง แรงจูงใจให้อยู่บ้านจน  
ครบตามระยะเวลาที่กำหนด



เจ้าหน้าที่ติดตามและประเมิน

- ปัญหาสุขภาพจิต
- ปัญหาทางกาย

หากพบอาการเหล่านี้  
ให้ส่งต่อเพื่อรับคำปรึกษาด้านสุขภาพจิต

- มีความเครียดหรือไม่สบายใจ  
นอนไม่หลับมากกว่าสองคืนหรือไม่
- มีความเครียด มีความคิดไม่อยากอยู่  
หรือคิดว่าตายไปคงดีหรือไม่
- ได้ยินเสียงอะไรที่ผิดปกติ  
โดยไม่เห็นที่มาของเสียงหรือมองเห็นอะไร  
ที่คนอื่นมองไม่เห็น หรือมีความคิด  
หวาดระแวงกลัวใครมาทำร้ายหรือไม่

ส่งต่อทีมสุขภาพจิต  
line @mcattcovid  
แนะนำให้ปรึกษาสายด่วน 1323  
หรือ line @1323forthai  
เพื่อรับความช่วยเหลือเบื้องต้น

