



ชื่อโครงการ  
เรื่อง หน้ากากอนามัยป้องกันโควิด (Covid-19)

จัดทำโดย

1. นายนันทนา ชานนท์                      ชั้น ม.5/1
2. นายธนวิษณุ ถือกเถาว์                   ชั้น ม.5/9
3. นายศุภกิจ บุญเลิศ                   ชั้น ม.5/12
4. นายเจษฎา เสาวเวียง                   ชั้น                   ม.5/12

เสนอ

คุณครู เมธาวิ พาลาเลิศ  
รายงานฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา

## บทที่ 1

### ที่มาและความสำคัญ

เนื่องจากเกิดสถานการณ์โควิด 19 ขึ้นทำให้ในสังคมใช้ชีวิตได้ยากลำบาก ต้องรักษาความสะอาดและป้องกันตัวเอง ทุกวันนี้เราต้องใช้แมสเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตถ้าไม่ใส่ถือว่าเป็นการเห็นแก่ตัว เนื่องจากมีการสำรวจจากแพทยศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยลอนดอน (University of London) ว่าหน้ากากอนามัยแบบธรรมดาที่คนทั่วไปใช้นั้นไม่สามารถ ป้องกันเชื้อไวรัสหรือแบคทีเรียที่แพร่กระจายในอากาศได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กองสุศึกษากรมสนับสนุนบริการสุขภาพกระทรวงสาธารณสุขขอแนะนำวิธีการทำหน้ากากอนามัยใช้เองเพื่อ เป็นทางเลือกสำหรับประชาชนในการแก้ปัญหาการขาดแคลนหน้ากากอนามัย วิธีการทำไม่ยุ่งยาก อุปกรณ์ที่หาได้ โดยทั่วไปนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

ดังนั้นกลุ่มของเราจึงคิดนำเอาวัสดุที่หาได้ตามท้องตลาดแต่นำมาประดิษฐ์ให้มีคุณภาพให้มากยิ่งขึ้นดังนั้นเราจึง จัดทำแมสป้องกันโควิดขึ้นมาเพื่อเพิ่มทางเลือกและลดการขาดแคลนของหน้ากากอนามัยและยังสามารถป้องกันโควิด ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

แล้วเราจะนำไปพัฒนาต่อไป

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาค้นคว้าการป้องกัน COVID-19
2. เพื่อพัฒนาในการทำหน้ากากอนามัยให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการซื้อแมสใหม่บ่อยๆ

### ขอบเขตของการศึกษา

1. สถานที่ ต.โคกหล่าม อ.อุทุมพรพิสัย จ.ศรีสะเกษ 33120
2. ระยะเวลา พฤศจิกายน 2563 - มีนาคม 2564
3. กลุ่มเป้าหมาย คนในหมู่บ้าน จำนวน 700 คน
4. กลุ่มตัวอย่าง คนในหมู่บ้าน จำนวน 30 คน
5. ผู้ทดลองใช้งานหน้ากากอนามัย จำนวน 30คน

## บทที่ ๒ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-๑๙) เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ที่เพิ่งค้นพบ ผู้ป่วยโรคโควิด-๑๙ ส่วนใหญ่จะมีอาการเล็กน้อยถึงปานกลาง และหายจากโรคนี้ได้เองโดยไม่ต้องรับการรักษาพิเศษ **การแพร่ระบาดของโรค**

ไวรัสที่ทำให้เกิดโรคโควิด-๑๙ จะแพร่กระจายผ่านฝอยละอองเป็นหลัก ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้ติดเชื้อไอ จาม หรือหายใจออก ฝอยละอองเหล่านี้มีน้ำหนักมากเกินกว่าจะลอยอยู่ในอากาศ และจะตกลงบนพื้นหรือพื้นผิวอย่างรวดเร็ว คุณอาจติดเชื้อได้จากการหายใจเอาไวรัสเข้าสู่ร่างกายเมื่ออยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยโควิด-๑๙ หรือโดยการสัมผัสพื้นผิวที่มีเชื้อไวรัสแล้วสัมผัสตา จมูก หรือปากของตนเอง

### อาการ

โควิด-๑๙ ส่งผลต่อผู้คนในรูปแบบที่แตกต่างกันไป ผู้ที่ติดเชื้อส่วนใหญ่จะมีอาการเล็กน้อยถึงปานกลาง และหายจากโรคได้เองโดยไม่ต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล

อาการทั่วไปมีดังนี้

๑. มีไข้
๒. ไอแห้ง
๓. อ่อนเพลีย
๔. อาการที่พบไม่บ่อยนักมีดังนี้
๕. ปวดเมื่อยเนื้อตัว
๖. เจ็บคอ
๗. ท้องเสีย
๘. ตาแดง
๙. ปวดศีรษะ
๑๐. สูญเสียความสามารถในการดมกลิ่นและรับรส
๑๑. มีผื่นบนผิวหนัง หรือนิ้วมือนิ้วเท้าเปลี่ยนสี

### การป้องกัน

ปกป้องตนเองและคนรอบตัวโดยการหาข้อมูลและปฏิบัติตามข้อควรระวังที่เหมาะสม รวมถึงปฏิบัติตามคำแนะนำจากหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่

วิธีป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด-๑๙

๑. ล้างมือบ่อยๆ โดยใช้สบู่และน้ำ หรือเจลล้างมือที่มีส่วนผสมหลักเป็นแอลกอฮอล์
๒. รักษาระยะห่างที่ปลอดภัยจากผู้ที่มีไข้หรือจาม
๓. สวมหน้ากากอนามัยเมื่อเว้นระยะห่างไม่ได้
๔. ไม่สัมผัสตา จมูก หรือปาก
๕. ปิดจมูกและปากด้วยข้อพับด้านในข้อศอกหรือกระดาษชำระเมื่อไอหรือจาม
๖. เก็บตัวอยู่บ้านเมื่อรู้สึกไม่สบาย
๗. หากมีไข้ ไอ และหายใจลำบากโปรดไปพบแพทย์

๘. โปรดติดต่อล่วงหน้าเพื่อที่ผู้ให้บริการด้านสุขภาพจะแนะนำให้คุณไปยังสถานพยาบาลที่ถูกต้องได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งจะช่วยปกป้องคุณ รวมถึงป้องกันการแพร่กระจายของไวรัสและการติดเชื้ออื่นๆ

### หน้ากากอนามัย

หน้ากากอนามัยช่วยป้องกันไม่ให้ผู้ที่สวมแพร่กระจายไวรัสไปยังผู้อื่น อย่างไรก็ตาม หน้ากากอนามัยเพียงอย่างเดียวป้องกันเชื้อโควิด-๑๙ ไม่ได้ จึงควรรักษาระยะห่างและหมั่นทำความสะอาดของมือร่วมด้วย รวมถึงปฏิบัติตามคำแนะนำจากหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่

การแพร่ระบาดของรุนแรงของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) หรือโควิด-๑๙ อย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ประชาชนต้นตระหนกและหันมาป้องกันตัวเองตามการณรงค์ของกระทรวงสาธารณสุข ด้วยการล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำสะอาด หรือใช้แอลกอฮอล์เจล ก่อนกินอาหาร หลังขับถ่ายและหลังสัมผัสสิ่งสัมผัสร่วมหรือของใช้สาธารณะที่ใช้ร่วมกับผู้อื่น กินอาหารที่ปรุงสุกร้อนใหม่ๆ มีคุณค่าทางโภชนาการ กินอาหารจานเดียว หลีกเลี่ยงอาหารร่วมสำรับแต่หากจำเป็นก็ใช้ช้อนกลางส่วนตัวในการกินอาหารร่วมกับผู้อื่น ดูแลร่างกายให้แข็งแรง นอนหลับให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงการเข้าไปในสถานที่แออัด คนรวมตัวกันหนาแน่น งดกิจกรรมการร่วมตัวกัน งดออกนอกบ้านโดยไม่จำเป็น และการปฏิบัติที่สำคัญมากไม่น้อยไปกว่าการล้างมือให้สะอาดอยู่เสมอก็คือการสวมหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันตนเอง ทั้งนี้ ในประชาชนทั่วไป ที่ไม่ได้มีอาการป่วยไข้หวัด ไอ จาม ไม่ได้เข้าไปอยู่ในพื้นที่เสี่ยง ไม่ได้ดูแลผู้ป่วยหรือผู้เสี่ยงสัมผัสโรคโควิด-๑๙ สามารถป้องกันตนเองโดยการสวมใส่หน้ากากอนามัยแบบผ้าได้

กองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข ขอแนะนำวิธีการทำหน้ากากอนามัยแบบผ้าใช้เองแบบง่ายๆ เพื่อเป็นทางเลือกสำหรับประชาชนในการแก้ปัญหาการขาดแคลนหน้ากากอนามัย วิธีการทำก็ไม่ยุ่งยาก อุปกรณ์ที่ใช้ก็หาได้ในกล่องเย็บผ้าคุณแม่บ้านเป็นส่วนใหญ่ อาจจะมีต้องซื้อหาเพิ่มเล็กน้อยคือผ้าฝ้ายมัสลิน แต่หากหาไม่ได้จริงๆ ก็สามารถใช้ผ้าฝ้าย ๑๐๐ % แทนได้ คิดแล้วสุดคุ้ม ทำเองได้ ได้หน้ากากอนามัยที่สวยงามตามต้องการ ทำได้หลายชิ้น ทำให้ทุกคนในครอบครัวของเราได้ใช้เพื่อป้องกันตนเอง แอมซึกให้สะอาด ตากแดด แล้วนำกลับมาใช้ซ้ำได้เรื่อยๆ ช่วยประหยัดเงินลดปัญหาการขาดแคลนหน้ากากอนามัยที่หาซื้อยากและมีราคาแพง และยังช่วยลดการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ ลดขยะ ในประเด็นของการใช้หน้ากากอนามัยแบบกระดาษที่ต้องใช้แล้วทิ้ง เป็นการช่วยโลกร้อนไปพร้อมๆ กันได้อีกด้วย

### วัสดุอุปกรณ์

๑. ผ้าที่ใช้ทำหน้ากากอนามัย เช่น ผ้าฝ้าย มัสลิน ๑๐๐ % ผ้าเทปลอน
๒. ตัดเป็นชิ้น กว้าง ๑๖ ซม. ยาว ๑๙ ซม. จำนวน ๒ ชิ้น
๓. ยางยืดสำหรับทำสายคล้องหู ยาว ๑๘-๒๐ ซม. ๒ เส้น
๔. กรรไกร ไม้บรรทัด สีเขียนผ้าหรือดินสอ เข็มหมุด ด้าย จักรเย็บผ้า (ถ้ามี)

### วิธีการดำเนินงาน

1. ตัดผ้ามีสลิ้น ขนาดกว้าง 16 ซม. ยาว 19 ซม. จำนวน 2 ชิ้น และตัดยางยืดสำหรับทำสายคล้องหู ยาว 18 - 20 ซม. (ให้เหมาะสมกับความกว้างของใบหน้าแต่ละคน) จำนวน 2 เส้น
2. นำยางยืดมาเย็บติดที่มุมผ้าด้านนอกของผ้าชิ้นแรก
3. นำผ้าทั้ง 2 ชิ้นมาวางซ้อนกัน(ผ้าเทพล่อน)
4. เย็บมือหรือเดินจักรโดยรอบห่างจากริมผ้าประมาณครึ่งเซนติเมตร โดยเว้นช่องว่างประมาณ 10 ซม. สำหรับไว้กลับผ้า
5. จับทวิศตรงกลางผ้า โดยพับครึ่งตามแนวยาว วัดจากกึ่งกลางลงมา 3 ซม. ใช้เข็มหมุดกลัด 2 ด้าน
6. จับทวิศกลางผ้าให้กางออก แล้วเย็บตรงด้านข้างทั้ง 2 ด้านให้เรียบร้อยจะได้หน้ากากอนามัยชนิดผ้าที่พร้อมใช้งาน
7. จะได้หน้ากากอนามัยแบบผ้าตามต้องการ ถ้าไม่มีจักรเย็บผ้าก็สามารถใช้การเย็บมือได้โดยการเย็บด้านถอยหลังเพื่อให้หน้ากากอนามัยมีความทนทานในการใช้งาน หรืออาจจะประยุกต์ให้สวยงามด้วยการเย็บตกแต่ง ลวดลายต่างๆ





แบบสอบถาม

แบบสอบถามความพึงพอใจในการทดลองใช้หน้ากากอนามัย

รายการ	ปรับปรุง	พอใช้	ดี
1. ความสบายในการใส่			
2. การป้องกัน			
3. การหายใจ			

แบบสอบถามความสนใจในการทำหน้ากากอนามัยเอง

รายการ	สนใจ	ไม่สนใจ
สนใจที่จะทำเอง		
สนใจที่จะซื้อใช้		

## บทที่ 4

### วิเคราะห์ผลการศึกษา

จากการศึกษาค้นคว้าเรียนรู้ด้วยตัวเองจากการทำโครงการ หน้ากากอนามัยป้องกันโควิด ( Covid-19) เพื่อพัฒนาในการทำหน้ากากอนามัยให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นสถานที่ ต.โคกหล่าม อ.อุทุมพรพิสัย จ.ศรีสะเกษ 33120 โดยจากการสอบถามคนในหมู่บ้านในพื้นที่ จำนวน 30 คน ใช้เวลาในการทำหน้ากากอนามัยเอง ประมาณ 1 ชม. และจากการสอบถามว่าสนใจไหมที่อยากทำหน้ากากอนามัยเองได้โดยการนำผ้าที่มีประสิทธิภาพ (ผ้าเทปร่อน) มาทำเองที่บ้านโดยใช้จักรเย็บผ้า จำนวน 28 คน ที่สนใจเพราะต้องการอยากลดค่าใช้จ่ายโดยที่ไม่จำเป็นต้องซื้อหน้ากากอนามัยบ่อยครั้ง และมีคนในหมู่บ้านอีกจำนวน 2 คนที่ไม่ สนใจ หลังจากทีกลุ่มเราได้นำหน้ากากอนามัยทำเองจากผ้าเทปร่อนไปแจกและเสนอวิธีการทำเอง

จากการทดลองใช้ 30 คนแรก โดยอ้างอิงจากแบบประเมินความพึงพอใจ

- มีผู้ประเมินว่า ดี จำนวน 20 คน
- มีผู้ประเมินว่า พอใช้ จำนวน 5 คน
- มีผู้ประเมินว่า ปรับปรุง จำนวน 5 คน

จากการสอบถามความสนใจของคนในหมู่บ้านในการทำหน้ากากอนามัยจากวัสดุผ้าเทปร่อนโดยอ้างอิงจากแบบประเมินความสนใจ

- มีผู้สนใจที่จะทำเอง จำนวน 20 คน
- มีผู้ไม่สนใจที่จะทำเอง จำนวน 5 คน
- มีผู้สนใจที่จะซื้อ จำนวน 5 คน

เมื่อนำผลของการประเมินความพึงพอใจของคนในหมู่บ้านมาคิดเป็นสัดส่วนเปอร์เซ็นต์โดยใช้การเทียบบัญญัติไตรยางศ์ คือ

ตารางแสดงจำนวนคนในหมู่บ้านที่นำมาประเมินทั้งหมดจำนวน 30 คนคิดเป็น 100% ให้ A แทนจำนวนคนในหมู่บ้าน จำนวนคนในหมู่บ้านที่นำมาประเมินทั้งหมด จำนวน 30 คนคิดเป็น 100% และมี A คน จะได้  $A \cdot 100 / 30$

รายการ	คิดเป็น		
	ปรับปรุง	พอใช้	ดี
1. ได้รับความรู้เกี่ยวกับการทำหน้ากากอนามัย	20%	20%	60%
2. มีความพึงพอใจในการใช้หน้ากากอนามัยทำเอง	20%	20%	60%

เมื่อนำผลของการประเมินความสนใจของผู้คนในหมู่บ้านมาคิดเป็นสัดส่วนเปอร์เซ็นต์ โดยใช้การเทียบบัญญัติไตรยางศ์ คือ

ตารางแสดงจำนวนผู้คนในหมู่บ้านที่นำมาประเมินทั้งหมดจำนวน 30 คน คิดเป็น 100% ให้ B แทนจำนวนผู้คนในหมู่บ้าน จำนวนผู้คนในหมู่บ้านที่นำมาประเมินทั้งหมดจำนวน 30 คน คิดเป็น 100% และมี B คน จะได้  $A*100/30$  ได้ผลดังนี้

รายการ	สนใจ	ไม่สนใจ
1.ความสนใจในการทำหน้ากอกอนามัยเอง	60%	40%



## บทที่ 5

### สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

#### จากการศึกษาปัญหาโรคโควิด - 19 และวิธีป้องกันมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อศึกษาค้นคว้าการป้องกัน COVID-19
2. เพื่อพัฒนาในการทำหน้ากากอนามัยให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการซื้อแมสใหม่บ่อยๆ

#### สรุปผลการศึกษาได้ดังนี้

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับโควิด-19ที่มีการแพร่ระบาดอยู่ในปัจจุบันและไม่มีที่ท่าว่าจะหายขาดไปจากโลก และการสวมหน้ากากอนามัยคืออีกวิธีที่ทำให้ป้องกัน

โควิด-19 ได้ แต่ยังไม่มียมีประสิทธิภาพมากพอ

ดังนั้นจากสถานการณ์ข้างต้นที่กล่าวมากลุ่มของพวกเราจึงศึกษาเกี่ยวกับผ้าที่มีราคาไม่แพง แต่สามารถป้องกันฝุ่นหรือไวรัสได้และนำวัสดุอุปกรณ์ที่หาได้ง่ายในท้องตลาดหรือลดต้นทุนในการผลิต และนำมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำมาใหม่โดยที่ไม่ต้องไปซื้อหน้ากากอนามัยหลายๆรอบลดต้นทุนในการซื้อ

เราได้ทำหน้ากากอนามัยขึ้นมาโดยใช้ผ้าเทพรอนในการผลิตมีคุณสมบัติในการป้องกันฝุ่นได้ดีและสามารถป้องกันไวรัส. จากการนำไปแจกและสอบถามคนที่ใช้จริงผลคือใช้งานได้ดีไม่รู้สึกว่าหายใจไม่ออกไม่ละลายเคืองและนำกลับมาใช้ใหม่ได้

#### ข้อเสนอแนะ

การจัดทำโครงการของกลุ่มเราได้ศึกษาข้อมูลโดยคเล่าๆเกี่ยวกับอุปกรณ์และผ้าดังนั้นเราต้องไปศึกษาข้อมูลแบบจริงจังแล้วนำข้อมูลที่ได้มาพัฒนาให้มีประสิทธิภาพมากที่สุดและยังจะคิดทำเป็นอาชีพเสริม