

ฉบับแปลไทย (Thai Translation)

COVIDZERO: HOW TO END THE PANDEMIC IN 5 WEEKS

<https://www.endcoronavirus.org/papers/covidzerostrategy>

ZEROCOVID THAILAND

วิธีการยุติโรคระบาดภายใน 5 สัปดาห์

ZeroCovid Thailand เป็นกลยุทธ์สำหรับรับมือแก้ปัญหา ซึ่งแตกต่างจากกลยุทธ์ที่เราได้ยืมกันคุ้นหูทั่วไป เช่น การปรับตัวอยู่ร่วมกับไวรัส การบรรเทาผลกระทบจากโรคระบาด การกักจำนวนผู้ติดเชื้อให้ลดลง หรือการเปลี่ยนจากภาวะโรคระบาดใหญ่ให้เป็นภาวะโรคประจำถิ่น ไม่ว่าจะใช้วัคซีนร่วมด้วยหรือไม่ก็ตาม อีกทั้งการฉีดวัคซีนก็เป็นวิธีการแก้ปัญหาที่ช้า ถ้าวัดตามปัญหา ขาดประสิทธิภาพ และมีราคามหาศาลที่ต้องจ่ายทั้งในด้านชีวิตคน สุขภาพระยะยาว รวมถึงด้านเศรษฐกิจ

CovidZero is an *exit strategy*. It is unlike the usual strategy called *living with the virus, mitigation, flattening the curve, or allowing the disease to become endemic* with or without a vaccine which is passive, reactive, ineffective and massively costly in lives, long term health, and the economy.

ZeroCovid Thailand เป็นการจัดการแบบนำหน้าปัญหา โดยมุ่งเป้าหมายไปที่การฟื้นฟูวิถีชีวิตแบบเดิมก่อนเกิดโรคระบาดให้กลับคืนมาด้วยการกำจัดไวรัส ซึ่งจำเป็นต้องเดินหน้าอย่างรวดเร็วที่สุดเพื่อรักษาชีวิตผู้คนรวมถึงวิถีชีวิตความเป็นอยู่ในสังคม และจำกัดเวลาที่เราจะใช้ในการแก้ปัญหาแบบไม่ธรรมดา นี้โดยจะเป็นการลดความเสี่ยงต่อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ ๆ ที่อาจแพร่เชื้อได้รวดเร็วกว่าหรือสามารถต้านทานวัคซีนได้

CovidZero is proactive with a goal of normal life as it was pre-pandemic by eliminating the virus. We need to do this as fast as possible to save lives, save livelihoods and minimize the time we must

take extraordinary actions. It also minimizes the risks from new virus variants that can be more rapidly spreading or resistant to vaccination.

ZeroCovid Thailand คือการปรับตัวตามบริบทเงื่อนไขต่าง ๆ ของพื้นที่ ประกอบกับการนำจุดแข็ง และศักยภาพของชุมชนนั้น ๆ ออกมาใช้ การตั้งเป้าหมายและนำศักยภาพทั้งหมดที่มีทั้งหมดมาใช้เพื่อบรรลุ เป้าหมายนั้น ได้แสดงผลลัพธ์ให้เห็นมาแล้วในประเทศออสเตรเลีย จีน นิวซีแลนด์ ไต้หวัน ไทย เวียดนาม และ แคนาดา

CovidZero is adaptive based upon the local conditions and the strengths and capabilities of the community. Setting the goal and using all available capabilities to get there has been shown to work in Australia, China, New Zealand, Taiwan, Thailand, Vietnam, and Atlantic Canada.

ZeroCovid Thailand เป็นกลยุทธ์ที่ใช้ได้จริง โดยต้องอาศัยความทุ่มเท มุมานะ และการทำงานร่วมกันของทุกฝ่าย กลยุทธ์นี้เป็นตัวเลือกที่คุ้มค่า เพราะทางเลือกอื่นจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่เลวร้ายกว่ามาก การทุ่มสุดตัวเพื่อแก้ปัญหาช่วยลดความเสียหายทั้งในเชิงสาธารณสุขและเศรษฐกิจ

CovidZero is a real world strategy that requires hard work, persistence and collaboration. It is worth doing because the alternative is much worse. Going all out reduces both the health and economic costs.

ขั้นตอนของกลยุทธ์มีดังต่อไปนี้

The key steps are:

1. **กระตุ้นให้ทุกฝ่ายมุ่งเน้นการบรรลุเป้าหมาย ZeroCovid Thailand เป็นหลัก โดยถือเป็นหน้าที่ของทั้งชุมชน** ทุกฝ่ายควรมุ่งมั่นถึงสิ่งที่แต่ละคนสามารถทำได้บ้างเพื่อนำไปสู่เป้าหมายของ ZeroCovid Thailand ไม่ว่าจะเป็นการรณรงค์ ให้ข้อมูลจากทางหน่วยงานระดับชุมชน โซเชียลมีเดีย หน่วยงานสาธารณสุข ภาคธุรกิจ และหน่วยงานภาครัฐ

Galvanizing everyone to the CovidZero goal as the primary action is a community action. Everyone should be focused on what can they do to get to CovidZero. This includes support and advocacy by

community organizations, social networks, healthcare organizations, businesses, and government.

2. **ใช้มาตรการที่แรงที่สุดในการป้องกันการระบาดของโรค** เริ่มต้นที่การประกาศคำสั่งให้ประชาชนทุกคนอยู่แต่ในบ้านเป็นเวลา 5 สัปดาห์ โดยอนุญาตให้เพียงกิจกรรมหรือบริการที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตเท่านั้น และยังคงต้องปฏิบัติตามวิธีป้องกันการแพร่ระบาดอย่างเต็มที่ (เช่น บริการส่งของ การส่งของออนไลน์แล้วไปรับ การใส่หน้ากากอนามัย การใช้เครื่องฟอกอากาศในอาคาร)

Use the strongest possible action to prevent transmission. Start with a 5 week mandatory period with stay at home orders. Only minimal essential services should be allowed using maximal transmission prevention protocols (delivery, curbside pickup, mask wearing, air purification).

3. **ออกมาตรการจำกัดการเดินทางและให้มีการกักตัวเพื่อดูอาการ** มาตรการจำกัดการเดินทางจะช่วยป้องกันผู้ติดเชื้อรายใหม่ไม่ให้เข้ามาในประเทศ เมือง ชุมชน หรือแม้แต่แต่ละเขตต่าง ๆ ในเมือง ยังสามารถจำกัดการเดินทางเพื่อป้องกันพื้นที่บริเวณเล็กได้มากเท่าไร ก็จะสามารถบรรลุเป้าหมาย ZeroCovid Thailand ของพื้นที่นั้นได้เร็วมากขึ้นเท่านั้น จากนั้นจึงค่อยดำเนินการเริ่มเปิดพื้นที่ที่เป็นสีเขียวและเชื่อมโยงให้พื้นที่เหล่านี้สามารถเดินทางไปสู่กันได้ในช่วงสัปดาห์ต่อ ๆ มา

Implement travel restrictions and quarantines. Prevent importing cases into nations, states, communities, neighborhoods, even city blocks through strict travel restrictions. The smaller the local area protected by travel restrictions the faster is the process of getting to zero locally. Then use a Green Zone Exit Strategy opening up protected CovidZero areas and connecting them by travel progressively over a few weeks.

4. **ใช้เครือข่ายของชุมชนในการระบุผู้ติดเชื้อแบบ Rapid Test** โดยมีการแยกบริเวณและกักตัวผู้ป่วย **ประกอบด้วย** ขั้นตอนนี้เป็น การป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่เชื้อระหว่างสมาชิกครอบครัวภายในบ้าน โดยยังมีการดูแลผู้ป่วยด้วยการตรวจเชื้อไวรัส การติดตามผู้เสี่ยงสัมผัสโรค และการประสานงานกับหน่วยงานด้านการแพทย์และสาธารณสุข การตรวจเชื้อไวรัสควรใช้ทั้งวิธีตรวจจากอาการ การตรวจแบบ Mass Testing รวมถึงวิธีการอื่น ๆ เช่น Sewage Testing เป็นต้น

Use rapid community based case identification with supported isolation and quarantines. This prevents family and household transmission, while providing care for individuals who are sick, with testing, contact tracing and coordination by public health and medical organizations. Testing should include symptom based, mass testing, and other methods such as sewage testing.

5. **ช่วยประคับประคองให้ประชาชนดำเนินชีวิตต่อไปได้** ประชาชนและธุรกิจที่เป็นกลุ่มเปราะบางสมควรได้รับการช่วยเหลือด้านการเงินรวมถึงด้านอื่น ๆ เช่น การรับรองการทำงาน บริการด้านสุขภาพจิต และการสนับสนุนอื่น ๆ จากชุมชน ภาคเอกชน และ ภาครัฐ การสร้างเครือข่ายเพื่อติดต่อระหว่างสมาชิกชุมชนและแต่ละครอบครัวอย่างสม่ำเสมอเป็นพื้นฐานที่ช่วยเสริมการตรวจแบบ rapid test และการให้การช่วยเหลือในรูปแบบต่าง ๆ

Ensure a livelihood for all. Vulnerable individuals and businesses should receive financial and other assistance. This includes employment assurance, mental health and other support by the community, businesses and government. Regular check-ins with individuals and families by the community makes both rapid case identification and other forms of support possible.

6. **การฉีดวัคซีนอย่างเร่งด่วนให้กับบุคคลที่มีความเสี่ยง** โดยคำนึงความรุนแรงของโรค (จากเงื่อนไขด้านอายุและโรคประจำตัว) และความจำเป็นในการปฏิบัติงาน (บุคลากรด้านการแพทย์และผู้ให้บริการพื้นฐานที่จำเป็นต่าง ๆ) การปูพรมฉีดวัคซีนให้ประชาชนอย่างทั่วถึงอาจช่วยป้องกันการแพร่ระบาดของโรคได้และสมควรพิจารณาเป็นหนึ่งในวิธีการในการแก้ปัญหา โดยใช้ควบคู่ไปกับวิธีการอื่น ๆ ไปด้วย

Rapid vaccination of high risk individuals. Focus on disease severity (age and prior conditions) and essential employment needs (healthcare and other essential workers). Mass vaccination may help with transmission prevention and should be used as one of, not the only, tool to do so.

กลยุทธ์นี้เป็นวิธีการที่เข้มแข็ง ใช้ได้ผลและไม่ถูกจำกัดด้วยปัจจัยเรื่องความขัดแย้งในสังคม เนื่องจากทุกชุมชนสามารถบรรลุเป้าหมายให้สำเร็จได้ด้วยตัวเอง รวมถึงไม่ถูกจำกัดด้วยปัจจัยเรื่องพฤติกรรมรายบุคคล

ด้วยเช่นกัน เนื่องจากวิธีการนี้ไม่จำเป็นต้องอาศัยการปฏิบัติตามกฎอย่างเคร่งครัด 100% เพื่อบรรลุเป้าหมาย คนส่วนใหญ่ล้วนเป็นห่วงครอบครัวและชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่ และยินดีที่จะให้ความร่วมมือเพื่อบรรลุเป้าหมายที่มีประโยชน์ ชัดเจนจับต้องได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากสามารถบรรลุได้ในเวลาอันสั้น

This strategy is robust to social conflict as individual communities can achieve success for themselves. It is robust to individual behavior and doesn't require 100% compliance. Most people care about their families and communities and given the opportunity to get to a clearly desirable goal will do their part, especially if it can be done rapidly.

กลยุทธ์ ZeroCovid Thailand นำมาซึ่งโอกาสในการควบคุมและกำจัดเชื้อไวรัส โดยเริ่มจากระดับท้องถิ่นและจึงยกระดับเพิ่มขึ้นในวงกว้างเพื่อให้วิถีชีวิตแบบเดิมสามารถฟื้นกลับคืนมาได้ อัตราการลดลงของจำนวนผู้ติดเชื้อสามารถเกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว รวมถึงมีราคาและผลกระทบทางเศรษฐกิจที่ต่ำกว่าอย่างมหาศาล เนื่องจากระยะเวลาอันสั้นที่ใช้ในการดำเนินการ อันจะช่วยรักษาได้ทั้งชีวิตคนและเศรษฐกิจ

The opportunity of the CovidZero strategy is to control the virus and to eliminate it locally and progressively in larger areas and return to normal. The rate of decline of cases can be very rapid and economic costs are dramatically lower because of the short period of time of the action. This will save lives and save the economy.

ท้ายที่สุดแล้ว ความอดทนยังคงเป็นปัจจัยสำคัญที่ขาดไม่ได้ในยามที่จำนวนผู้ติดเชื้อลดเหลือน้อยเพื่อหยุดการแพร่ระบาดในระดับชุมชน ผู้ติดเชื้อที่เหลือแต่ละรายจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองอย่างจริงจังราวกับเป็นคดีฆาตกรรม เพราะผู้ติดเชื้อเพียงรายเดียวก็สามารถเป็นเหตุให้การแพร่ระบาดในชุมชนกลับมาสูงขึ้นได้อีกครั้ง แม้กระนั้น การหยุดการแพร่ระบาดในพื้นที่โดยใช้วิธีการระยะสั้น เช่น การติดตามผู้เสี่ยงสัมผัสโรค และการล็อกดาวน์พื้นที่ เปรียบได้กับความพยายามในการดับไฟ ซึ่งก็ยังคงเป็นทางเลือกที่ดีกว่าการจะดำเนินชีวิตต่อไปในบ้านเรือนที่กำลังเกิดไฟไหม้

Patience is still required at the end as the number of cases become small so that community transmission stops. Each case has to be treated like a murder as even one case of community transmission can grow exponentially. Still, stopping localized outbreaks with short term

action by contact tracing and even localized lockdowns (“fire fighting”) is vastly preferable to living in a burning building.