

مراقبت از بیماران مشکوک به کووید ۱۹

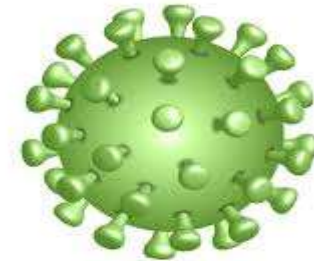
- هنگام شستن دست ها با آب و صابون، بهتر است از دستمال کاغذی یکبار مصرف برای خشک کردن دست استفاده شود. اگر این مواد در دسترس نیستند، از حوله های تمیز استفاده کرده و هنگام خیس شدن، آنها را تعویض کنید.
- برای محدود کردن ترشحات تنفسی، باید یک ماسک پزشکی در اختیار بیمار قرار داده شود و تا حد ممکن ماسک زده شود. افرادی که نمی توانند ماسک پزشکی را تحمل کنند باید از بهداشت تنفسی سخت استفاده کنند - یعنی دهان و بینی هنگام سرفه یا عطسه باید با یک دستمال کاغذی یکبار مصرف پوشانده شود. موادی که برای پوشاندن دهان و بینی استفاده می شود باید بعد از استفاده به طور مناسب دور انداخته یا تمیز شوند (به عنوان مثال، دستمال های قابل شستشو را با استفاده از صابون معمولی یا مواد شوینده و آب بشوید)
- مراقبین باید در هنگام قرار گرفتن در اتاق بیمار، ماسک پزشکی محکم داشته باشند که دهان و بینی آنها را بپوشاند. در حین استفاده ماسک نباید لمس شود یا دستکاری شود. اگر ماسک از ترشحات خیس یا کثیف شود، باید بلافاصله با ماسک تمیز و خشک جدید جایگزین شود. ماسک را با استفاده از تکنیک مناسب دفع کنید - یعنی جلوی آن را لمس نکنید، بلکه در عوض بند آن را باز کنید. ماسک را بلافاصله پس از استفاده دور انداخته و بهداشت دست را انجام دهید.
- از تماس مستقیم با مایعات بدن، به خصوص ترشحات دهان یا تنفس و مدفوع خودداری کنید. هنگام انجام مراقبت از دهان یا تنفس و هنگام دست زدن به مدفوع، ادرار و سایر زباله ها

- بیمار را در یک اتاق منفرد با تهویه مناسب قرار دهید (یعنی با پنجره های باز و یک درب باز)
- حرکت بیمار در خانه محدود و فضای به اشتراک گذاشته را به حداقل برسانید. اطمینان حاصل کنید که فضاهای مشترک (به عنوان مثال، آشپزخانه، حمام) به خوبی تهویه شده اند (به عنوان مثال، پنجره را باز نگه دارید)
- اعضای خانواده باید در اتاق دیگری بمانند یا در صورت عدم امکان، فاصله حداقل ۱ متر از فرد بیمار را حفظ کنند (مثلاً در یک تخت جداگانه بخوابید)
- تعداد مراقبان را محدود کنید. در حالت ایده آل، مراقبت را به شخصی اختصاص دهید که از سلامت خوبی برخوردار باشد و هیچ شرایط اساسی مزمن یا مصون سازی ایمنی را ندارد. تا زمانی که بیمار به طور کامل بهبود یافته و علائمی نداشته باشد، نباید به ملاقات کنندگان اجازه عیادت داده شود.
- بهداشت دست را بعد از هر نوع تماس با بیماران یا محیط نزدیک آنها انجام دهید. بهداشت دست نیز باید قبل و بعد از تهیه غذا، قبل از صرف غذا، بعد از استفاده از توالت و هر زمان که دستها کثیف به نظر می رسند، انجام شود. اگر دست ها به وضوح کثیف نباشند، می توان از محلول دست حاوی الکل استفاده کرد. برای دستهایی که به وضوح کثیف هستند از صابون و آب استفاده کنید.



هنگامه علوم پزشکی
وخدمات بهداشتی درمانی استان اردبیل
مرکز آموزشی، درمانی دکتر لاطینی

مراقبت از بیماران مشکوک به کووید ۱۹



CORONAVIRUS

تهیه کننده :

سیمین محمدی

«سوپروایزر آموزش سلامت»

بایبسی پاییز ۱۴۰۱



1. Jolie Hwee, Jean Chiew Sreedharan Sechachalam.2020. The Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on the Practice of Hand Surgery in Singapore. Journal Pre-proof. <https://doi.org/10.1016/j.jhsa.2020.04.023>

کثیف نتکانید و از سرایت آلودگی به پوست و لباس خودداری کنید.

• از دستکش و لباس محافظ (به عنوان مثال پیش بندهای پلاستیکی) باید هنگام تمیز کردن سطوح یا دست زدن به لباس یا ملحفه آغشته به مایعات بدن استفاده شود. بسته به مورد، می توان از دستکش های با کاربرد عمومی یا یکبار مصرف استفاده کرد. پس از استفاده، دستکش های معمولی باید با صابون و آب تمیز شوند و با محلول هیپوکلریت سدیم ۰.۵٪ ضد عفونی شوند. دستکش های یکبار مصرف (به عنوان مثال، نیتریل یا لاتکس) باید پس از هر بار مصرف دور ریخته شوند. بهداشت دست را قبل و بعد از برداشتن دستکش انجام دهید.

• دستکش ها، ماسک ها و سایر زباله های تولید شده در هنگام مراقبت از بیمار باید قبل از اینکه به عنوان زباله های عفونی دفع شوند، آنها را داخل یک سطل زباله با درب در اتاق بیمار قرار دهید.

• از قرار گرفتن در معرض سایر موارد در معرض آلودگی از محیط نزدیک بیمار خودداری کنید (مثلاً مسواک، سیکار، وسایل غذاخوری، ظروف، نوشیدنی، حوله، دستشویی یا ملحفه خود را از بیمار جدا کنید).

• هنگامی که مراقبین بهداشت در منزل خدمات مراقبت را ارائه می دهند، باید ارزیابی خطر برای انتخاب تجهیزات محافظ شخصی مناسب را انجام دهند و توصیه های مربوط به اقدامات احتیاطی و تماس را دنبال کنند.

از دستکش یکبار مصرف و ماسک استفاده کنید. بهداشت دست را قبل و بعد از از بین بردن دستکش و ماسک انجام دهید.

• از ماسک یا دستکش استفاده مجدد نکنید.

• برای بیمار از لباس و ظروف مخصوص غذا استفاده کنید. این موارد پس از استفاده باید با صابون و آب تمیز شوند و به جای دور ریختن مجدداً مورد استفاده مجدد قرار گیرند.

• سطوحی در اتاق مراقبت از بیمار که اغلب روزانه لمس می شوند نظیر میزهای کنار تخت خواب، تخت خواب و سایر مبلمان اتاق خواب را تمیز و ضد عفونی کنید. ابتدا باید برای تمیز کردن از صابون معمولی خانگی یا مواد شوینده استفاده شود و بعد از شستشو، باید از مواد ضد عفونی کننده معمولی خانگی که حاوی ۰.۵ درصد هیپوکلریت سدیم است (یعنی معادل ۱ قسمت سفید کننده ۵ تا ۹ قسمت آب) استفاده شود.

• حداقل یکبار در روز سطوح حمام و توالت را تمیز و ضد عفونی کنید. باید ابتدا برای تمیز کردن از صابون معمولی خانگی یا مواد شوینده استفاده شود و بعد از شستشو، باید از مواد ضد عفونی کننده معمولی خانگی حاوی ۰.۵ درصد هیپوکلریت سدیم استفاده کرد.

• لباس ها، ملحفه ها و حوله های حمام و دست بیمار را با استفاده از صابون های معمولی و آب و یا ماشین لباسشویی در دمای ۶۰-۹۰ درجه سانتیگراد با مواد شوینده خانگی معمولی تمیز کرده و کاملاً خشک کنید. ملحفه های آلوده را درون یک کیسه مخصوص لباس کثیف قرار دهید. لباس های