



مرکز آموزشی و درمانی امیرالمؤمنین علی

(ع) مراغه

موضوع:

مقابله با کرونا ویروس و

مراقبت از بیمار در منزل



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

بهار 1402

➤ دستکش ها ، حوله ها ، ماسک ها و سایر پسماندهای تولید شده توسط بیمار یا در حین انجام فرایند مراقبت از بیمار قبل از دفع با سایر پسماندهای خانگی باید در یک ظرف دربار در اتاق بیمار جمع آوری نمایید.

➤ رعایت بهداشت فردی ضروریست و بایستی استفاده از ظروف غذایی مشترک، سیگار مشترک (به منظور اجتناب از آلودگی با ترشحات دهانی فرد بیمار)، حوله و یا ملحفه های مشترک خودداری شود .

➤ شستشوی ظروف غذایی بیمار با آب و مایع ظرفشویی توصیه می شود .

➤ روزانه باید سطوح مورد تماس بیمار(پریز برق دستگیره در و...) را با محلول ضدعفونی (وایتکس رقیق 1٪) گند زدایی کنید.

➤ توالت و روشویی مورد استفاده بیمار روزانه با محلول ضد عفونی (وایتکس رقیق 1٪) گند زدایی شود .

➤ بهداشت دست نیز باید قبل و بعد از تهیه غذا، قبل و بعد از خوردن غذا ، بعد از استفاده از توالت و هر زمان که دستها کثیف به نظر می رسند انجام شود.

➤ باید بهداشت دست را با استفاده از آب و صابون و با دقت و بطور صحیح انجام دهید (درصورتیکه به آب و سینک دستشویی دسترسی ندارید از محلولهای ضدعفونی دست و یا دستمالهای آغشته به الکل بهداشت دست استفاده نمایید)

➤ بهداشت تنفسی باید در همه اوقات به ویژه در خصوص افراد بیمار انجام شود. بهداشت تنفسی بصورت پوشاندن دهان و بینی در هنگام سرفه یا عطسه ، و با استفاده از ماسک های طبی، ماسک های پارچه ای و امثال آن انجام می شود که به دنبال آن بهداشت دست نیز باید رعایت گردد.

برای مراقبت بالینی بیمار با علائم کروناویروس در

منزل بایستی به توصیه های زیر عمل نمایند:

- بیمار را در یک اتاق جداگانه و با تهویه مناسب قرار دهید .
- محدودیت ارتباط و تماس بیمار با افراد دیگر را رعایت کرده، به طور ایده آل فردی که از نظر سلامتی در وضعیت خوبی است (از گروه های پرخطر مانند سالمندان و مادر باردار نباشد) برای مراقبت از بیمار اختصاص دهید.
- اعضای خانواده باید از تردد به اتاق بستری بیمار خودداری نموده و در شرایط ناچاری از اشتراک فضای روزانه، بیمار باید بهداشت تنفسی را رعایت نموده و حتماً از ماسک استفاده نموده از سایر افراد خانوار فاصله حداقل ۱ متر را حفظ کند. (مثلاً خوابیدن در یک تخت جداگانه)

- یک استثنا ممکن است برای یک مادر شیرده در نظر گرفته شود. با توجه به مزایای تغذیه با شیر مادر و نقش ناچیز شیر مادر در انتقال ویروس های دستگاه تنفسی ، مادر می تواند به شیردهی ادامه دهد. مادر هنگام نزدیک شدن به کودک بهداشت دست را دقیقاً رعایت کرده و باید از ماسک استفاده نماید.
- تردد و جابجایی بیمار محدود شده و فضای مشترک به حداقل رسانده شود. در صورت تردد بیمار در فضای خانه بیمار باید از ماسک استفاده نماید .
- اطمینان حاصل کنید که فضاهای مشترک (مثل آشپزخانه ،حمام) به خوبی تهویه می گردند (به عنوان مثال پنجره ها را باز نگه دارید).
- بهداشت دست را فوراً به دنبال تماس با افراد بیمار ،ماسک صورت یا محیط اطراف آنها انجام دهید.

- زمانی که فرد مراقبت کننده از بیمار با فرد بیمار در یک اتاق و در فاصله کمتر از 2 متر قرار دارد باید از ماسک معمولی استفاده نماید
- در حین استفاده از ماسک ، ماسک نباید لمس شود یا دستکاری شود. اگر ماسک فرد مراقبت کننده، با ترشحات تنفسی و سرفه بیمار آلوده گردد، باید فوراً تعویض شود.
- هنگام استفاده از آب و صابون، از حوله های کاغذی یکبار مصرف (دستمال کاغذی) استفاده نموده و دستها خشک نمایید . اگر حوله کاغذی در دسترس نیست از حوله های پارچه ای اختصاصی استفاده کنید اما حتماً بعد از خیس شدن آنها را جایگزین کنید.
- ماسک بعد از پایان استفاده، با شرایط بهداشتی به طور مناسب جمع آوری و دفع گردد و بهداشت دست بعد از برداشتن ماسک انجام گیرد.