



## مراقبت از بیماران مبتلا به کروناویروس جدید در منزل

### شهروند گرامی :

در صورتی که در خانواده شما فردی به بیماری کروناویروس جدید مبتلا گردید ، رعایت نکات زیر برای مراقبت از بیمار توسط افراد خانواده ضرورت دارد .

- ۱ - بیمار را در یک اتاق جداگانه با تهویه مناسب قرار دهید
- ۲ - چنانچه محدودیت مکان وجود دارد بیمار باید بهداشت تنفسی را رعایت نموده ( استفاده از ماسک برای بیمار ) و از سایر افراد خانواده فاصله یک متر را رعایت نماید . تردد و جابجایی بیمار در فضای مشترک در حداقل موارد باشد و در تهویه مناسب هوا ( مثلا تردد در آشپزخانه - حمام و .... )
- ۳ - محدودیت ارتباط و تماس با بیمار صورت پذیرد و ایده آل آن است که فقط یک نفر ( که از نظر سلامتی در وضعیت خوبی است ) وظیفه مراقبت از بیمار را به عهده گرفته و آگاه به وظیفه خود تا بهبودی کامل آن را انجام نماید از ماسک معمولی استفاده نموده و دقت نماید که آن را لمس نکند و هنگامی که ماسک فرد مراقبت کننده با ترشحات تنفسی و سرفه بیمار آلوده گردید آن را در شرایط کاملا بهداشتی تعویض نماید .
- ۴ - انجام بهداشت دست در فرد مراقبت کننده در هر بار که با بیمار و یا وسایل و یا سطوح اطراف بیمار تماس دارد ضرورت دارد .
- ۵ - هنگام استفاده از آب و صابون جهت شستشوی دست ها جهت خشک کردن از حوله کاغذی یکبار مصرف استفاده گردد ، چنانچه از حوله پارچه ای استفاده می شود حتما به صورت اختصاصی باشد و هنگام خیس شدن تعویض و مورد شستشو با آب و صابون قرار گیرد .
- ۶ - از تماس مستقیم با مایعات بدن بخصوص ترشحات دهان و تنفس و مدفوع بیمار خودداری گردد و کلیه وسایل یک بار مصرف مثل ماسک و حوله های کاغذی و دستکش یکبار مصرف که توسط بیمار یا فرد مراقبت کننده استفاده می گردد و سایر پسماند های آلوده با ید به طریق مطلوب و بهداشتی دفع گردد .
- ۷ - شستشوی ظروف غذا و آب بیمار با آب و مایع ظرفشویی ضرورت دارد .
- ۸ - به طور روزانه سطوح مورد تماس بیمار و توالت و روشویی مورد استفاده بیمار باید با محلول ضد عفونی وایتکس ۱ درصد گند زدایی گردد .
- ۹ - البسه ، حوله ، ملحفه و لباس های بیمار توسط ماشین لباسشویی با درجه حرارت ۶۰ تا ۹۰ درجه سانتی گراد شستشو گردد
- ۱۰ - شخص مراقبت کننده بیمار باید چنانچه علائم بیمار رو به افزایش بود هرچه سریعتر با تلفن به مراقب سلامت مرکز خدمات جامع سلامت که تحت پوشش آن هستند اطلاع دهد و چنانچه یکی دیگر از افراد خانواده دچار علائم گردید سریعا به مرکز بهداشت شهرستان اطلاع داده شود
- ۱۱ - فرد مراقبت کننده باید به مدت ۱۴ روز بعد از مراقبت از بیمار سلامت خود را کنترل کند و چنانچه دارای علامت شد سریعا به مرکز بهداشت شهرستان مراجعه نماید .
- ۱۲ - از نقل و انتقال بیمار با وسایل نقلیه عمومی خودداری گردد .
- ۱۳ - رعایت بهداشت تنفسی و شستشوی مکرر و درست دستها از بهترین موازین بهداشتی در خود مراقبتی است .