

ویروس کرونا COVID-19

بسته ارتباطاتی برای مدیریت ریسک در بیمارستان ها و مراکز درمانی



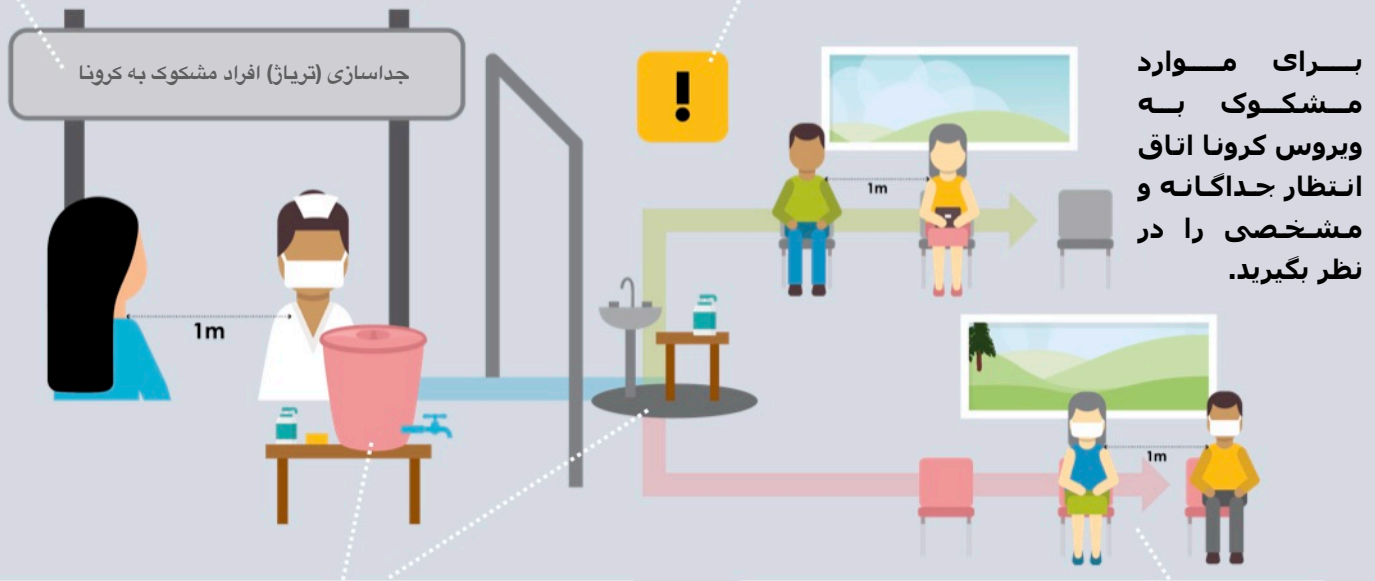
این بسته ارتباطاتی مروری است بر دستورالعمل های کلیدی ضروری
حفظ ایمنی و سلامتی در محل کار پرسنل بیمارستان ها و مراکز درمانی

این بسته ارتباطاتی طوری طراحی شده است که نسخه pdf آن به راحتی در فضای مجازی به اشتراک
گذاشته شود و برای چاپ روی کاغذ به اندازه (A4, A3, A2) مناسب است.

کسب آمادگی بیمارستان ها و مراکز درمانی برای مقابله با ویروس کرونا

نزدیک درب ورودی بیمارستان ها و مراکز درمانی یک محل تریاژ (جداسازی) افراد مشکوک به ویروس کرونا ایجاد کنید تا احتمال آلوده شدن بخش های دیگر به ویروس کرونا کاهش یابد.

اطلاعیه، پوستر و تراکت های لازم برای آگاهی رسانی را در محل نصب کنید تا راه درست ضدعفونی دست ها و تنفس را به بیماران و مراجعه کنندگان یاد آور شود.



به اندازه کافی محل شستشو و ضدعفونی کردن دست ها و محلول الکلی ضدعفونی کننده یا صابون در اختیار کارکنان، بیماران و مراجعه کنندگان بگذارید.

به افرادی که علائمی همچون سرفه، تب، تنگی نفس و دشواری تنفس از خود نشان می دهند، توجه خاص نشان دهید.

مرکز درمانی و بیمارستان تحت مدیریت خود را حفاظت کنید.

آماده باشید!

اطمینان حاصل کنید که کلیه پرسنل درمانی و در تماس با بیماران:

- در زمینه اهمیت کاربرد و انتخاب درست ابزار حفاظت شخصی آموزش لازم را دیده اند.
- درباره علائم مبتلایان به ویروس کرونا آموزش دیده و به مراجعه کنندگان مشکوک ماسک بدهند.
- نموداری با توضیحات لازم تهیه کرده و در محل پذیرش و دسته بندی موارد مشکوک نصب کنید تا کارکنان به آن رجوع کنند.
- موارد مشکوک را بلافاصله ایزوله کنید.



مدیریت بیماران مشکوک یا مبتلا به ویروس کرونا در بیمارستان ها و مراکز درمانی

کارکنان درمانی باید در زمان دسته بندی مراجعه کنندگان مشکوک به بیماری کرونا از ابزار حفاظت شخصی استفاده کنند. به تمامی کسانی که با علائمی شبیه به آنفولانزا به مرکز درمانی شما مراجعه می کنند یا از احتمال می دهند به ویروس کرونا مبتلا شده باشند ماسک تنفسی بدهید. ضرورت حفظ بهداشت دست ها و تنفس درست را به همه مراجعه کنندگان به مرکز درمانی خود یادآور شوید.

مدیریت محل بستری بیماران



- موارد مشکوک و تأیید شده ابتلا به ویروس کرونا را بلافاصله ایزوله کنید.
- برای کاهش استرس و اضطراب بیماران به آنها توضیح دهید چه می کنید و چرا آن کار را انجام می دهید.
- اگر امکان دارد بیماران را در اتاق های جدا قرار دهید.
- موارد مشکوک و تأیید شده ابتلا به ویروس کرونا را جداگانه بستری کنید.
- بین همه بیماران حداقل یک متر فاصله بگذارید.
- در یک تخت بیمارستان بیشتر از یک بیمار بستری نکنید.

مدیریت محیط



- حرکت بیماران را در درون مرکز درمانی محدود کنید تا احتمال شیوع بیماری در سرتاسر مرکز کاهش یابد.
- چنانچه ضرورت جابجایی بیمار وجود دارد، از قبل آن را برنامه ریزی کنید.
- تمامی کارکنان و بازدید کنندگانی که در تماس مستقیم با بیمار قرار می گیرند باید از وسایل حفاظتی (ماسک و دستکش و...) استفاده کنند.
- به طور مرتب محیط را نظافت کرده و ضد عفونی کنید.
- تهویه هوای مناسب فراهم کنید و در صورت امکان پنجره و درها را باز

مدیریت ملاقات کنندگان



- تعداد ملاقات کنندگان بیماران را محدود کرده و به حداقل برسانید.
- تمامی ملاقات کنندگان باید از وسایل حفاظتی (ماسک و دستکش و...) استفاده کنند و موارد ملاقات آنان باید ثبت شود.



روش حفاظت از کارکنان مراکز درمانی در مقابل ویروس کرونا



از راهنمایی ها و دستورالعمل های مدیر بیمارستان یا مرکز درمانی پیروی کرده و با همکاران خود در مورد روال ایمنی در مقابل ویروس کرونا همفکری و صحبت کنید.



به خاطر داشته باشید:

وسایل ایمنی شخصی مانند ماسک، دستکش و ... باید بعد از تماس با هر بیمار مشکوک یا مبتلا به کرونا تعویض شوند. اگر وسایل یک بار مصرف استفاده می کنید، آنها را پس از استفاده در سطل زباله در بسته انداخته و دستان خود را بر اساس دستورالعمل داده شده بشوئید یا ضدعفونی کنید. هیچ وسیله یک بار مصرف نباید برای بار دو استفاده شود یا ضد عفونی گردد.



هنگام ورود به اتاق به بیمار مشکوک یا مبتلا به ویروس کرونا:

- از دستکش های یکبار مصرف استفاده کنید.
- لباس بلند و تمیز آستین بلند بپوشید.
- با ماسک پزشکی دهان و بینی خود را بپوشانید.



اگر از سیستم های تولید هوا نظیر اینتیوبیشن (گذاشتن لوله) استفاده می کنید، از ابزار تنفسی مخصوص مانند N95 استفاده کنید. چک کنید که سوراخ یا پاره نشده باشد.



نیازی به پوشیدن چکمه و لباس سرهمی نیست.

به خاطر داشته باشید: برای رعایت کامل نکات بهداشتی، چشم ها، بینی و دهان خود را با دستکش یا دستان عریان لمس نکنید.



اگر در حین انجام وظیفه کار دچار سرفه و عطسه شدید بلافاصله به مسئولان مرتبط گزارش دهید و از توصیه های آنها پیروی کنید.



۵ مورد ضروری برای شستشوی کامل یا ضدعفونی دست ها در موارد زیر از شوینده های الکلی یا صابون و آب برای تمیز کردن کامل دست های خود استفاده کنید:

- پیش از لمس و معاینه ی بیمار
- پیش از روند ضد عفونی و تمیز کردن بیمار
- پس از تماس با مایعات ترشح شده از بدن بیمار
- پس از لمس و معاینه ی بیمار
- پس از لمس محیط اطراف بیمار



برقراری ارتباط با بیماران مشکوک یا مبتلا به ویروس کرونا

- با احترام و ادب و دلسوزانه برخورد کنید.
- متوجه باشید که بیمار مشکوک، مبتلا به ویروس کرونا و همراهان آنها ممکن است دچار ترس و استرس شده باشند.
- مهمترین کاری که باید انجام دهید این است که با دقت به پرسش ها و نگرانی های آنها گوش کنید.
- از زبان و لهجه محلی استفاده کنید، شمرده صحبت کنید.
- به آنها اطلاعات صحیح در مورد ابتلا به ویروس کرونا بدهید.
- هر سوالی ممکن است جواب نداشته باشید. هنوز جنبه های ناشناخته بسیار در ارتباط با ویروس کرونا وجود دارد؛ این نکته را باید پذیرفت.
- اگر جزوه و بروشور درباره کرونا دارید آن را در اختیار بیماران خود قرار دهید.
- لمس کردن بیماران مشکوک و مبتلا به کرونا، در صورتی که رعایت پوشش ایمنی را کرده باشید مانعی ندارد.
- مشخصات دقیق بیمار را گردآوری کنید: نام، نام خانوادگی، تاریخ تولد، تاریخچه مسافرت، فهرست علایم و ...
- روند مراقبت های پزشکی از بیماران مبتلا به کرونا را توضیح دهید، مانند قرنطینه، محدودیت ملاقات و گام های بعدی.
- اگر بیمار کودک است، اجازه دهید یکی از بستگان به عنوان همراه با او بماند. این فرد باید از پوشش ایمنی و وسائل حفاظت شخصی استاندارد استفاده کند.
- در صورت امکان، درباره وضعیت جدید بیمار به بستگان و ملاقات کنندگان اطلاع رسانی کنید.



آنچه باید درباره ویروس کرونا بدانید!

۵ مورد که باید بدانیم

کرونا چیست؟

کرونا ویروس کووید-۱۹ ویروس جدید کروناسست که در گذشته در انسان تشخیص داده شده بود. ویروس های کرونا خانواده بزرگی از ویروس ها هستند که هم در حیوانات و هم در انسان ها پیدا می شوند.

علائم آن چیست؟

در بیشتر موارد، کرونا علائم خفیف مانند آب ریزش بینی، گلودرد، سرفه و تب دارد. در برخی افراد این علائم می توانند خود را شدید تر نشان دهند و منجر به سینه پهلو یا مشکلات تنفسی شوند. در برخی موارد، ابتلا به این بیماری منجر به مرگ می شود.

این ویروس چگونه پخش می شود؟

این ویروس از طریق تماس نزدیک با شخص مبتلا به سادگی انتقال می یابد. با عطسه یا سرفه فرد مبتلا به کرونا، قطرات ریز ناقل ویروس رها و در هوا پخش می شوند که در فاصله نزدیک از راه تنفسی به دیگران انتقال پیدا می کند.

چه کسانی در خطر ابتلا هستند؟

هنوز نیاز به شناخت بیشتر درباره این ویروس داریم. نزد افراد سالخورده و افرادی که دچار مشکلات سلامتی دیگر مانند دیابت و بیماری قلبی هستند، خطر ابتلا به نوع شدیدتری از این بیماری دیده شده است.

درمان این بیماری چیست؟

هنوز درمان یا واکسنی برای کرونای کووید-۱۹ یافت نشده است، اما بسیاری از عوارض آن را می توان معالجه کرد.

۵ کار که باید انجام دهیم

دستان خود را به صورت مکرر با آب و صابون بشویید.

تمیز کردن دست های خود را حتی زمانی که دست کثیف به نظر نمی رسند با استفاده از شوینده های الکلی انجام دهید. این امر باعث می شود ویروس های احتمالی که بر روی دستان شما قرار گرفته از بین بروند.

جلوی بینی و دهان خود را به هنگام عطسه یا سرفه با استفاده از دستمال کاغذی یک بار مصرف بپوشانید.

دستمال کاغذی استفاده شده را بلافاصله در سطل زباله دردار بیاندازید و دستان خود را با آب و صابون بشویید یا از شوینده های الکلی استفاده کنید. به این ترتیب دیگران از ویروسی که از طریق عطسه و سرفه انتشار یافته در امان خواهند ماند.

اگر امکان دارد از کسی که سرفه و عطسه می کند یا تب دارد یک متر فاصله بگیرید.

به نظر می رسد که کرونا با تماس مستقیم با فرد بیمار انتقال یابد.

از لمس کردن دهان و بینی خود پرهیز کنید.

دست های شما مکان های زیادی را که ممکن است آلوده به ویروس باشند را لمس کرده اند که اگر به چشمان، بینی یا دهان خود بمالید، سبب انتقال ویروس از اشیاء به بدن شما می شوند.

اگر تب دارید، سرفه می کنید و یا مشکلات تنفسی دارید به پزشک مراجعه کنید. پیش از مراجعه به پزشک یا مرکز درمانی در این زمینه هماهنگ کنید و با وقت قبلی بروید.

به راهنمایی پزشکان، پرسنل درمانی و دستورات عملی های مراکز درمانی توجه کامل کرده و به آنها عمل کنید.



WHOWPRO



WHOWPRO



WHOWPRO



سازمان بهداشت جهانی
دفتر محلی مدیترانه شرقی

مقابله با استرس



طبیعی است که در طول بحران احساس ناراحتی، استرس یا غم کنید.



در این باره با کسانی که به آنها اعتماد دارید یا یک مشاور صحبت کنید.



شیوه زندگی سالم در پیش بگیرید:
رژیم غذایی درست، خواب با کیفیت، ورزش و روابط اجتماعی با دوستان و خانواده

از سیگار، الکل یا مواد دیگر برای مقابله با استرس خود استفاده نکنید.



اگر نگرانی دارید با سرپرست خود در میان بگذارید. اگر احساس ناخوشی می کنید فوری به پزشک خود بگویید.



۵ لحظه که باید به شستشوی دست ها فکر کنیم!



۵ مورد ضروری برای شستشوی کامل یا ضد عفونی دست ها

در موارد زیر از شوینده های الکلی یا صابون و آب برای تمیز کردن کامل دست های خود استفاده کنید:



WHOWPRO



WHOWPRO



WHOWPRO



World Health Organization

Western Pacific Region

سازمان بهداشت جهانی

دفتر محلی مدیریت منطقه شرقی

The COVID-19 Risk Communication Package For Healthcare Facilities



مقدمه:

در 30 ژانویه سال 2020، سازمان بهداشت جهانی شیوع ویروس کرونا (COVID-19) را معادل موقعیتی اضطراری برای سلامت عموم و دارای اهمیت بین المللی اعلام کرد. مقابله با این ویروس نیاز به آمادگی کامل دارد، از جمله شناخت و تسلط کارکنان حوزه پزشکی و درمانی به اطلاعات، روش های کاری و ابزارهایی است که برای کار ایمن و موثر ضرورت دارند.

کارکنان حوزه پزشکی و درمانی نقش مهمی در مقابله با شیوع ویروس کرونا بازی می کنند و ستون فقرات دفاعی هر کشور در محدود و مهار کردن شیوع این بیماری هستند. آنها در خط مقدم مراقبت از بیماران مشکوک و تأیید شده کرونا قرار گرفته اند و در شرایط چالش برانگیز و دشوار انجام وظیفه می کنند. در تلاش برای محافظت از جامعه، کارکنان حوزه پزشکی و درمانی نسبت به دیگر افراد از در معرض ریسک بالاتری از ابتلا به این بیماری قرار گرفته اند. همچنین خطراتی مانند روان پریشی، خستگی، فرسودگی مفرط شغلی و یا طرد شدن آنها را تهدید می کند. به همین دلیل سازمان بهداشت جهانی امر مهم حفاظت از کارکنان حوزه پزشکی و درمانی را به رسمیت شناخته و در این باره احساس مسئولیت می کند.

هدف:

هدف از انتشار این بسته ارتباطاتی حفاظت از کارکنان حوزه پزشکی و درمانی از خطر ابتلا به ویروس کرونا و جلوگیری از شیوع گسترده ی آن در بیمارستان ها و مراکز درمانی است. این بسته حاوی مجموعه پیام های ساده شده و یاد آوری هایی است که بر اساس راهنمایی فنی دقیق سازمان بهداشت جهانی با هدف کنترل و پیشگیری از شیوع این بیماری در مراکز درمانی در شرایط حضور ویروس کرونا تهیه شده است برای اطلاعات کامل تر به راهنمای سازمان بهداشت جهانی رجوع شود.

مخاطب: این بسته برای کیست؟

برای تمامی کارکنان در حوزه پزشکی و درمانی، پزشک، پرستار، مدیران بیمارستان وغیره. پوسترهای این بسته می تواند در شبکه ی پرسنل به اشتراک شود، در اختیار بیمارستان ها و درمانگاه های دولتی و خصوصی، انجمن پرستاران، ماماها و پزشکان و ... گذاشته شده و در محل کار کارکنان حوزه درمانی برای هشدار و یادآوری نصب گردد.



Content - What the package contains

The COVID-19 Risk Communication Package For Healthcare Facilities contains seven products:

شماره	عنوان	مخاطب اولیه	مورد استفاده
Poster 1	کسب آمادگی بیمارستان ها و مراکز درمانی برای مقابله با ویروس کرونا	مدیریت بیمارستان ها و مراکز درمانی	در جلسات آموزشی به اشتراک گذاشته شود. در محل قابل رویت برای کارکنان نصب شود.
Poster 2	مدیریت بیماران مشکوک یا مبتلا به ویروس کرونا در بیمارستان ها و مراکز درمانی	مدیریت بیمارستان ها و مراکز درمانی	در جلسات آموزشی به اشتراک گذاشته شود. در محل قابل رویت برای کارکنان نصب شود.
Poster 3	روش حفاظت از کارکنان مراکز درمانی در مقابل ویروس کرونا	کارکنان حوزه ی پزشکی و درمانی	در جلسات آموزشی به اشتراک گذاشته شود. در محل قابل رویت برای کارکنان نصب شود. به عنوان مثال در ورودی و خروجی بخش قرنطینه
Flyer 4	برقراری ارتباط با بیماران مشکوک یا مبتلا به ویروس کرونا	کارکنان حوزه ی پزشکی و درمانی	در جلسات آموزشی به اشتراک گذاشته شود. آن را در بخش پذیرش بگذارید
Flyer 5	اطلاعات در مورد ویروس کرونا	بیماران و ملاقات کنندگان	چاپ کرده و در بخش پذیرش مراکز درمانی نصب کنید.
Poster 6	مقابله با استرس	کارکنان حوزه ی پزشکی و درمانی	در جلسات آموزشی به اشتراک گذاشته شود. در محل قابل رویت برای کارکنان نصب شود. به عنوان مثال در آشپزخانه و سالن غذاخوری
Poster 7	پنج نکته برای بهداشت دست	کارکنان حوزه ی پزشکی و درمانی	در جلسات آموزشی به اشتراک گذاشته شود. در محل قابل رویت برای کارکنان نصب شود.



