



### مرکز بهداشتی درمانی اردیبهشت

نحوه مراقبت از بیمار مشکوک یا مبتلا به کوروناویروس ۲۰۱۹

#### در منزل

تهیه و تنظیم:

واحد کنترل عفونت

بهمن ۱۳۹۸

#### کوروناویروس چیست؟

کوروناویروس نام یک خانواده بزرگ ویروسی است که سویه‌های مختلف در آن قرار دارد و باعث بروز بیماری‌های تنفسی در افراد می‌شود. ویروس سرماخوردگی معمولی نیز در این خانواده طبقه‌بندی می‌شود. پس بهتر است بدانید که تقریباً تمام افراد، حداقل یک‌بار در طول عمر خود با این ویروس مواجه شده‌اند. این

ویروس در بین حیوانات سراسر جهان بسیار شایع است. کوروناویروس‌ها به ندرت می‌توانند تکامل پیدا کرده و انسان را آلوده کنند. این اتفاق تاکنون در رابطه با کوروناویروس سندروم تنفسی خاورمیانه (MERS-COV) و کوروناویروس سندروم حاد تنفسی (SARS-COV) رخ داده است که در جریان شیوع این ویروس‌ها در سال‌های ۲۰۰۳ و ۲۰۱۲ نزدیک به ۲۰۰۰ نفر جان خود را از دست دادند.

#### کوروناویروس ۲۰۱۹:

سازمان بهداشت جهانی در تاریخ ۳۱ دسامبر سال ۲۰۱۹ توسط مقامات چینی هشدار داد که مواردی شبیه ذات الریه در شهر ووهان کشور چین به تایید رسیده است. شهری با ۱۱ میلیون جمعیت که در جنوب چین و در نزدیکی مرز تایوان و کره قرار گرفته است. علائم بیمار از خفیف تا پیشرفته متغیر است:

#### علائم خفیف: تب خفیف، سرفه، ضعف، آبریزش بینی و گلودرد



**علائم هشدار دهنده:** تنگی نفس یا مشکل در تنفس، افزایش ترشح (یعنی خلط یا خونریزی)، علائم

گوارشی مانند تهوع، استفراغ و یا اسهال و بدون تغییر در وضعیت روانی (یعنی گیجی، بی‌حالی)

**دوره نهفتگی بیماری:** بین ۲ تا ۱۴ روز (بطور معمول یک هفته)

#### راه‌های انتقال ویروس چیست؟

- از طریق ذرات موجود در هوا (سرفه و عطسه)
- تماس بدنی نزدیک (روبوسی، لمس بدن یا دست دادن)
- تماس دست با سطح آلوده به ویروس و لمس چشم‌ها، بینی یا دهان قبل از شستن دست‌ها
- موارد نادر از طریق آلودگی مدفوع

#### گروه‌های در معرض خطر:

کودکان - سالمندان بالای ۶۰ سال - افراد دارای ضعف در سیستم ایمنی بدن  
بیماران دارای علائم خفیف، بدون علائم هشدار دهنده و بدون وجود شرایط مزمن (مانند بیماری‌های ریة یا قلب، نارسایی کلیوی و یا شرایط نقص ایمنی بدن که فرد را در معرض خطر ابتلا به بیماری قرار می‌دهد) می‌توانند در محیط خانه مورد مراقبت قرار گیرند.



## توصیه‌های مراقبت در منزل:

- بیمار را در یک اتاق جداگانه و با تهویه مناسب قرار دهید. (بطور مثال پنجره را باز نگه دارید)
- محدودیت ارتباط و تماس بیمار با افراد دیگر (فرد مراقبت کننده از بیمار باید از نظر سلامتی در وضعیت خوبی باشد، بطور مثال سالمند نباشد)
- اعضای خانواده باید از تردد به اتاق بستری بیمار خودداری نمایند.
- مادر شیرده بیمار، می‌تواند به شیردهی ادامه دهد. مادر هنگام نزدیک شدن به کودک باید از ماسک استفاده نماید و قبل از تماس با کودک، دست‌های خود را بشوید.
- تردد و جابجایی بیمار محدود باشد و فضای مشترک را به حداقل برسانید. اطمینان حاصل کنید که فضاهای مشترک (به عنوان مثال آشپزخانه و حمام) به خوبی تهویه می‌گردند (به عنوان مثال پنجره‌ها را باز نگه دارید).
- فرد مراقبت کننده از بیمار زمانی که با فرد بیمار در یک اتاق قرار دارد باید از ماسک معمولی استفاده نماید و دقت کند که به طور مناسب صورت را بپوشاند. در حین استفاده، ماسک نباید لمس شود یا دستکاری شود. اگر ماسک فرد مراقبت کننده، با

ترشحات تنفسی و سرفه بیمار آلوده گردد، باید فوراً تعویض شود. ماسک بعد از پایان استفاده، با شرایط بهداشتی به طور مناسب جمع‌آوری و دفع گردد و بهداشت دست بعد از برداشتن ماسک انجام گیرد.

- بهداشت دست را فوراً به دنبال تماس با افراد بیمار یا محیط اطراف آن‌ها انجام دهید.



- هنگام استفاده از آب و صابون، از حوله‌های کاغذی یک‌بار مصرف استفاده شود و دست‌ها خشک گردد.

## • رعایت آداب تنفسی و سرفه:

### شستشوی دست‌ها و رعایت آداب تنفسی مهمترین راه‌های پیشگیری هستند



- از تماس مستقیم با مایعات بدن، به خصوص ترشحات دهان یا تنفس و مدفوع خودداری کنید. (توصیه به استفاده از دستکش و ماسک)
- کلیه پسماندهای بیمار در یک ظرف درب‌دار در اتاق بیمار جمع‌آوری و سپس در سطل منزل دفع گردد.
- خودداری از استفاده وسایل مشترک با سایر اعضای خانواده مانند ظروف غذا، سیگار، حوله، ملحفه و ..
- شستشوی ظروف غذایی بیمار با آب و مایع ظرفشویی توصیه می‌شود.
- به طور روزانه سطوح مورد تماس بیمار بطور مثال توالی و روشویی با محلول ضد عفونی وایتکس رقیق (۱٪) گندزدایی شود.
- البسه، حوله و ملحفه‌های مورد استفاده بیمار با استفاده از ماشین لباسشویی در آب ۶۰ تا ۹۰ درجه شسته شود.
- به دلیل احتمال ایجاد ذرات ریز آلوده‌کننده، از تکاندن البسه و ملحفه‌های بیمار خودداری شود.
- توصیه به پیگیری درمان و مراجعه مجدد بیمار در صورت بروز علائم هشدار
- اگر یکی از اعضای خانواده علائم عفونت حاد تنفسی از جمله تب، سرفه، گلو درد و تنفس دشوار را دچار شد، بلافاصله به پزشک مراجعه و توصیه‌های بهداشتی را دنبال کند.

