



معاونت درمان وزارت بهداشت
مدیریت درمان کرونا ویروس

پمفلت آموزشی پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا (Ncov-2019) برای کارکنان بهداشتی درمانی

- ۱- به عنوان پزشک و پرستار سعی نمایید شیفت کاری خود را با آرامش و بدون هیجان شروع نمایید. استرس و هیجان شما را در معرض خطر ابتلا به بیماری قرار می دهد.
- ۲- از فنون خودارزیابی برای تعیین و اطمینان از سطح مطلوب سلامت خود قبل از شروع کار استفاده نمایید (تب نداشته باشید)
- ۳- در صورتی که باردار هستید و یا دچار ضعف سیستم ایمنی می باشید به سر پرستار بخش خود اطلاع دهید.
- ۴- به منظور پیش گیری از عفونت های متقاطع قبل از تماس با بیمار، دست خود را بشویید.
- ۵- هنگام سرفه یا عطسه از دستمال استفاده نماید یا در بخش بالایی آرنج سرفه یا عطسه نماید.
- ۶- دستمال آلوده را در سطل زباله درب دار بیندازد.
- ۷- در صورت آلوده شدن دست با ترشحات تنفسی، دست ها را سریعاً بشویید.

- ۸- در صورت آلودگی واضح دست ها را با آب و صابون بشویید. آلودگی واضح دست ها عبارت است از:
 - آلودگی با خون یا سایر مایعات و ترشحات بدن بیمار
 - استفاده از توالت
 - مواجهه با ارگانسیم های بالقوه تولید کننده اسپور از جمله در موارد طغیان های کلوستریدیوم دیفیسیل
- ۹- به منظور پیشگیری از انتقال آلودگی به بیمار در موارد ذیل دست خود را بشویید:
 - قبل از تماس بیمار
 - قبل از اقدامات درمانی تمیز/ استریل
- ۱۰- به منظور پیشگیری از انتقال آلودگی به محیط بهداشتی درمانی در ۵ موقعیت اعلامی از سوی سازمان جهانی بهداشت، بهداشت دست را رعایت نمایید.
 - محیط مجاور بیمار شامل تخت، نرده و میز کنار آن،
 - ملحفه های بیمار، ست سرم، مانیتورها، دگمه های تجهیزات پزشکی است که به صورت موقت به یک بیمار اختصاص یافته است.
- ۱۱- در مواجهه با تمامی بیماران مشکوک به کورونا ویروس جدید احتیاطات استاندارد را رعایت نمایید.
 - احتیاطات استاندارد شامل:
 - بهداشت دست
 - استفاده از وسایل حفاظت فردی (بر مبنای ارزیابی خطر)
 - بهداشت سطوح

- دفع ایمن پسماندها
- تزریق ایمن
- آداب تنفسی
- تمیز کردن و ضدعفونی ابزار طبی
- بهداشت منسوجات و ملحفه مورد استفاده بیمار
- در تریاژ بیمارستانی در صورت مواجهه با بیمار مشکوک به nCoV-2019 دارای تب و وجود علائم تنفسی یک ماسک طبی داده شود.
- هرکدام از کادر ارائه دهنده خدمت، در صورتی که در فاصله یک تا دو متر از بیمار ارائه خدمت می دهند، باید از ماسک طبی استفاده نمایند.
- زمانی که بایستی احتیاطات استاندارد رعایت شود، ماسک جراحی بزنید.

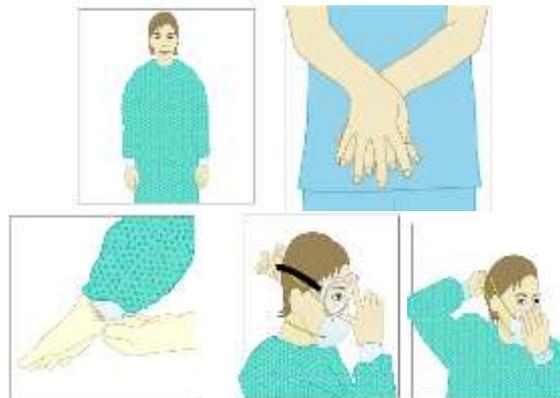
در آوردن صحیح ماسک جراحی



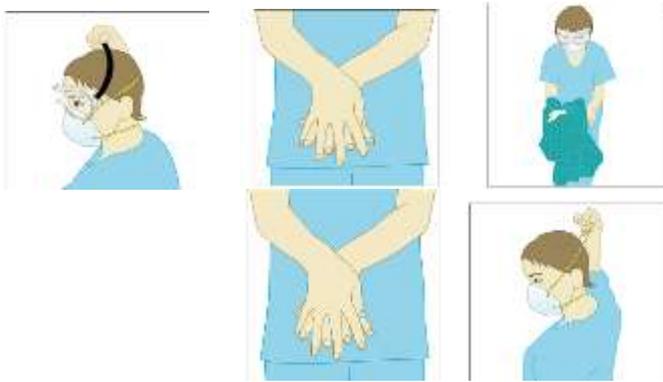
پوشیدن صحیح ماسک N95



ترتیب و توالی پوشیدن اجزاء (حفاظت فردی)



ترتیب و توالی خارج نمودن اجزاء (حفاظت فردی)



❖ دستکشان را به آرامی از دست خارج نمایید تا از پاشیدن مایعات آلوده آن به اطراف اجتناب شود.

Stop the spread of germs that make you and others sick!

Cover your Cough



۱۲- در زمان انجام پروسیجر های تولید کننده آئروسل استفاده از ماسک N95 الزامی است. پروسیجر های تولید کننده آئروسل شامل:

- تعبیه لوله تراشه
- خروج لوله تراشه
- برونکوسکوپی
- احیا قلبی ریوی
- تهویه دستی کمکی قبل از انتوباسیون (manual ventilation)
- تراکئوتومی

• تهویه کمکی غیرتهاجمی (non-invasive ventilation)

۱۳- با مصرف مناسب وسایل حفاظت فردی، با کمبود بی مورد آن در زمان نیاز مواجه نمی شویم.

۱۴- در صورت استفاده از آسانسور، دکمه های آن را با دستمال کاغذی تمیز، سوآپ گوش پاک کن و یا خلال دندان تمیز فشار دهید و سپس آن را در کیسه زباله یا سطل زباله پدالی درب دار بیندازید. به هیچ وجه از انگشتان دست برای زدن دکمه آسانسور استفاده نکنید. همچنین جهت ایستادن شما در آسانسور باید رو به درب آسانسور باشد و به هیچ وجه روبروی یکدیگر نایستید.

۱۵- در صورت امکان از ثبت چهره برای ورود به مرکز بهداشتی درمانی استفاده کنید و اگر این امکان وجود ندارد، پس از ثبت اثر انگشت دست ها را سریعاً با آب و صابون به مدت ۳۰-۲۰ ثانیه بشویید و یا با محلول با پایه الکلی ضدعفونی نمایید و مواظب باشید تا شستشوی کامل، دستتان به چشم، دهان و بینی نرسد.