



مراقبت در منزل بیماران مشکوک / کووید-19

مواردی از بیماران که میتوان در منزل نگهداری کرد:

- علائم حفیف جود دارد .
- بیمارانی هستند که بستری بودند و الان دیگر نیازی به مراقبت در بیمارستان ندارند .
- افرادی که تمایل به بستری شدن ندارند.
- در موارد محدودیت تخت بستری

ارتباط مشخص با سیستم بهداشتی در این شرایط جهت ارزیابی وضعیت بیمار تا بهبود کامل او الزامی است .

بیماران و افراد ساکن در منزل بایستی در مورد رعایت بهداشت و نحوه ی مراقبت بهداشتی از بیماری کووید 19 اطلاعات کافی داشته باشند .

نکات لازم الاجرا توسط بیمار و اطرافیان :

- بیمار در یک اتاق قابل تهویه ی مناسب قرار گیرد.
- فضای در اختیار بیمار در خانه محدود شود .
- اطرافیان در اتاقی متفاوت بسر ببرند و در صورت عدم امکان حداقل فاصله 1متری تو صیه میشود .
- تعداد مراقبین را کم کنید (مراقب باید که سالم و بدون بیماری زمینه ای باشد .)
- ملاقات بیمار ممنوع است .
- در هر بار تماس با بیمار یا قرار گرفتن در فضای اتاق او ، شستشوی دستها انجام گیرد .
- قبل و بعد از تهیه ی غذا ، قبل از غذا خوردن ، بعد از دستشویی رفتن دستها شسته شود .
- در موارد دیگر اگر دستها کثیف نیستند از الکل هم میشه استفاده کرد .
- بعد از هربار دست شستن ، با دستمال کاغذی دستها خشک شوند .



پیشگیری از انتشار ترشحات بدن :

- جهت پیشگیری از انتشار ترشحات تنفسی بیمار ، ماسک جراحی باید توسط بیمار استفاده شود و در مواردی که نمی تواند ماسک را تحمل کند بایستی رعایت موازین بهداشتی را دقیقاً انجام دهد به نحوی که در زمان عطسه و سرفه دهان و بینی را با دستمال بپوشاند و سپس با رعایت شرایط کاملاً بهداشتی دستمال را دور بیندازد .
- مراقبین بیمار باید از ماسکی که به خوبی بینی و دهان را می پوشاند استفاده کنند .
- در صورت خیس شدن و یا کثیف شدن باید ماسک را با یک ماسک جدید جایگزین کنند .
- در موارد تعویض ماسک ، بایستی بدون لمس قسمت قدامی آن (که در تماس با ترشحات دهان و بینی بوده است) دور انداخته شود و دست ها شسته شود .
- از تماس مستقیم با ترشحات بدن خصوصاً ترشحات دهان یا تنفسی و مدفوع /ادرار بیمار خودداری شود . از دستکش های یک بار مصرف و ماسک در زمانی که احتمال کار با این ترشحات وجود دارد استفاده شود.
- قبل و بعد از هرکاری هم دستها شسته شوند.
- ماسک ها و دستکش ها را مجدداً استفاده نکنند.

رعایت بهداشت محیط اقامت بیمار :

- سطوحی که در معرض تماس روزانه هستند را روزانه پاک و ضدعفونی کنند (میز کنار تخت بیمار ، دور تخت بیمار ، مبلمان اطاق بیمار ...) .
- توالت و حمام را حداقل یک بار روزانه پاک و ضدعفونی کنند .
- لباسهای بیمار ، ملحفه و حوله های حمام و کوچک ، با آب و صابون در درجه ی 60-90 درجه شستشو داده شود .
- باید از پیش بند پلاستیکی و دستکش در زمان پاک کردن سطوح و یا شستشوی لباسها و متعلقات بیمار استفاده کرد .



مرکز تحقیقات مادر، جنین و نوزاد

دانشگاه علوم پزشکی. خدمات بهداشتی درمانی تهران

Maternal, Fetal and Neonatal Research Center (MFNRC)

Tehran University of Medical Sciences (T.U.M.S)



- دستکش ها ، ماسک ها و سایر زباله ها بایستی در یک سطل آشغال در دار در اطاق بیمار نگهداری شده و بعد هم بصورت دقیق بعنوان زباله ی عفونی از خانه بیرون گذاشته شود .
- از استفاده مشترک وسایل بیمار (ظروف ، ملحفه ، نوشیدنی ها ، حوله ها) خودداری بفرمایند .

References

Home care for patients with suspected novel coronavirus (COVID-19) infection presenting with mild symptoms, and management of their contacts Interim guidance 04 February 2020

1. Home care for patients with Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV) infection presenting with mild symptoms and management of contacts: interim guidance, June 2018. Geneva: World Health Organization; 2018 (WHO/MERS/IPC/18.1; <https://apps.who.int/iris/handle/10665/272948>, accessed 26 January 2020). 2. Infection prevention and control of epidemic- and pandemic-prone acute respiratory diseases in health care. Geneva: World Health Organization; 2014 (https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112656/9789_241507134_eng.pdf?sequence=1, accessed 26 January 2020). 3. Clinical management of severe acute respiratory infection when novel coronavirus (2019-nCoV) infection is suspected: interim guidance, 28 January 2020. Geneva: World Health Organization; 2020 ([https://www.who.int/publicationsdetail/clinical-management-of-severe-acute-respiratoryinfection-when-novel-coronavirus-\(ncov\)-infection-issuspected](https://www.who.int/publicationsdetail/clinical-management-of-severe-acute-respiratoryinfection-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-issuspected), accessed 4 February 2020). 4. WHO guidelines on hand hygiene in health care: first global patient safety challenge. Geneva: World Health Organization; 2009 (<http://apps.who.int/iris/handle/10665/44102>, accessed 20 January 2020). 5. Global surveillance for human infection with novel coronavirus (2019-nCoV): interim guidance v3, 31 January 2020. Geneva: World Health Organization (WHO/2019-nCoV/SurveillanceGuidance/2020.3; [https://www.who.int/publications-detail/global-surveillancefor-human-infection-with-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/publications-detail/global-surveillancefor-human-infection-with-novel-coronavirus-(2019-ncov)), accessed 4 February 2020).

ترجمه و تخلص: مرکز تحقیقات مادر، جنین و نوزاد

به سفارشی اداره سلامت مادران

دفتر سلامت جمعیت ، خانواده و مدارس

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

آدرس: تهران - خیابان باقرخان - مجتمع بیمارستانی امام خمینی (ع) - بیمارستان ولی عصر (عج) - طبقه دوم - مرکز سلامت مادر و نوزاد شهید دهقان - کد پستی: 1419733141 - تلفن: 66591316-61192357 - نامبر: 66591315

پست الکترونیک: <http://pnrc.tums.ac.ir> و mfnhrc@yahoo.com و mfnhrc@tums.ac.ir