

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

معاونت درمان

دفتر مدیریت بیمارستانی و تعالی خدمات بالینی

موازین پیشگیری و کنترل کننده عفونت جهت **بیمار / اعضای خانواده** در مراقبت از
بیماری تنفسی ناشی از کورونا ویروس، سندروم تنفسی خاورمیانه

تدوین کننده: فرناز مستوفیان

کارشناس مسئول برنامه کشوری ایمنی بیمار

شهریور ۱۳۹۴

خواننده گرامی این راهنما به منظور آمادگی جهت مقابله و مواجهه با بیماری شدید تنفسی ناشی از کورونا ویروس تهیه شده است. در صورتی که شما و/یا یکی از اعضای خانواده مشکوک به ابتلاء به این بیماری است، ضروری است که محتوی این برگه آموزشی را بدقت مطالعه و آن را بکاربندد. بکار بستن اصول حفاظت فردی که در طی این برگه آموزشی عرضه می شود، به کارکنان ارائه کننده خدمات سلامت در سطح کشور: اعم از وزارت بهداشت تا بیمارستان ها، مراکز سلامت جامعه و کلینیک های خدمات درمانی در کنترل و مقابله با بیماری کمک می نماید.

کورونا ویروس کشنده جدیدی از خانواده سارس که برای اولین بار از خاور میانه گزارش شد Respiratory Syndrom Middle East (عربستان واردن) این ویروس که به نام کورونا ویروس نامیده می شود ۴ گروه اصلی به نام های آلفا، بتا، گاما و دلتا دارد. این ویروس به تدریج به قاره اروپا و آفریقا از جمله عربستان، اردن، تونس، قطر، امارات متحده عربی، انگلستان، فرانسه و ایتالیا راه یافت. احتمال ابتلاء کودکان بیشتر است، ویروس از راه هوا، به وسیله عطسه و سرفه تماس فردی مانند لمس کردن یا دست دادن، بوسیدن و یا تماس با ترشحات و مایعات بدن فرد آلوده انتقال می یابد

شستن مداوم دست ها و رعایت بهداشت فردی، تنها راه مبارزه با ویروس مرگ آوری است که تا کنون تلفات زیادی در جهان و برخی از کشورهای منطقه خاورمیانه بر جای گذاشته است، ویروسی که تا کنون نه واکسن دارد نه دارو!!!!

❖ تعاریف:

❖ تعریف بیمار مشکوک به کورونا ویروس

۱. هر فرد بیمار که بدلیل بیماری تنفسی تب دار نیاز به بستری در بیمارستان دارد :
 - سابقه سفر کشورهای عربی جنوب خلیج فارس در دو هفته اخیر
 - سابقه تماس با بیمار مشکوک یا قطعی مبتلا به کرونا ویروس در دو هفته اخیر
 - سابقه تماس با مسافرینی که طی دو هفته اخیر از کشورهای عربی جنوب خلیج فارس بازگشته اند.
 - سابقه مصرف لبنیات غیر پاستوریزه و گوشت نیم پخته شتر و تماس با گوشت خام یا ترشحات بدن یا ذبح آن

۲. فردی که جزء کادر درمانی یا بستگان باشد:

- بروز بیماری تنفسی شدید (مستلزم بستری) در پرسنلی که در بخشی که بیمار تنفسی در آن بستری بوده است کار می کرده است (حتی اگر بطور مستقیم از بیمار تنفسی مراقبت ننموده باشند)

- بروز بیماری در خانواده یا گروهی از افراد که در زمان یا مکان مشخصی با هم بوده اند (خوشه و در عرض 2 هفته تعدادی از آنها) بیشتر از 2 نفر (به بیماری تنفسی = CLUSTER) بیماری شدید (مستلزم بستری) مبتلا شده باشند.

❖ تماس نزدیک:

هرکسی که از بیمار مراقبت نموده باشد، اعم از پرسنل بهداشتی درمانی یا اعضاء خانواده بیمار، و یا هرکس که تماس فیزیکی نزدیک (مشابه) مکالمه چهره به چهره بیش از 15 دقیقه، دست دادن، روبوسی مخصوصاً در فاصله نزدیک زیر 1 متر بدون استفاده از ماسک مناسب (با بیمار داشته باشد).

هرکسی که با بیمار قطعی و یا محتمل) درحالیکه بیمار علامت دار بوده است (درمکان بسته مشترک حضور داشته باشد) اعم از اینکه زندگی کند و یا برای ملاقات در آن مکان حضور یافته باشد).

❖ راه انتقال:

راه انتقال دقیق این ویروس مشخص نشده است اما به نظر می رسد از راه قطرات تنفسی و ترشحات بدن قابل انتقال باشد. هم چنین احتمال می رود که تماس با بزاق و ترشحات بدن شتر و مصرف شیر غیر پاستوریزه آن حیوان باعث بیماری گردد. به مراتب از بیماری MERS واگیری فرد به فرد در بیماری آنفلوانزا و سرماخوردگی کمتر است اما در تماس های نزدیک خانگی و بیمارستانی ممکن است به افراد دیگر منتقل شود.

روش پیشگیری و کنترل عفونت:

❖ ایزولاسیون بیمار در منزل:

ایزولاسیون به معنای جداسازی و محدود نمودن فعالیت های فرد بیمار مبتلا به یک بیماری واگیر از سایر افرادی است که بیمار نمی باشند.

❖ قبل از این که توصیه به ایزولاسیون بیمار در منزل نمایید، بایستی با طرح سوالات ذیل مناسب بودن

منزل بیمار را بررسی نمایید:

- منزل بیمار بایستی دارای توالت و روشویی سالم باشد. در صورتی که بیش از یک دستشویی درمنزل بیمار موجود است، بایستی یکی از آن ها به بیمار اختصاص یابد. بیمار بایستی جدا از سایرین در تخت خود و ترجیحاً در اتاق منحصر به خود استراحت نموده و زندگی کند.
- حداقل وسایل اساسی جهت آسایش و آرامش بیمار (تلفن، آب گرم و سرد و ...) بایستی در دسترس او باشد.
- جهت مراقبت بیمار و تامین نیازهای اولیه، غذایی و دارویی بیمار بایستی فردی آگاه از خانواده که قابلیت و توانایی پی گیری دستورات درمانی را دارد، عهده دار مسوولیت شود.

❖ در صورت احراز شرایط فوق، دستورالعمل های ذیل بایستی ارائه شود:

❖ توصیه ها به بیمار:

- در منزل، خود را از سایرین جدا نمایید. بایستی در اتاقی مجزا و جدا از سایر اعضای خانواده به سر برید و در صورت امکان از توالت، حمام و دستشویی جداگانه استفاده نمایید.
- قبل از این که برای ویزیت نزد پزشک خود بیایید، حتماً پزشک خود را مطلع نمایید.
- جهت تعیین وقت و قبل از حضور در مطب، درمانگاه (در صورت امکان) و در غیر این صورت، فوراً در بدو ورود به کادر ارائه کننده خدمات سلامت اطلاع دهید که "ممکن است شما مبتلا به عفونت MERS-CoV باشید. این اقدام شما، از احتمال خطر سرایت بیماری به سایر افراد می کاهد.
- ماسک جراحی بزنید.
- در صورتی که در اتاقی مشترک با سایر افراد سالم بسر می برید و هنگام ملاقات با پزشک و سایر کادر ارائه کننده خدمات سلامت، ماسک جراحی بزنید.
- در منزل، در صورتی که شما نمی توانید ماسک بزنید، سایر افرادی که با شما در یک اتاق می باشند بایستی از ماسک استفاده نمایند.
- در هنگام عطسه و سرفه جلوی دهان و بینی خود را بگیرید.
- در هنگام عطسه و سرفه جلوی دهان و بینی خود را با دستمال محافظت نمایید و یا در قسمت جلوی آستین خود (با خم کردن آرنج) عطسه و سرفه نمایید. دستمال مصرف شده را سریعاً پس از استفاده در سطل آشغال دارای کیسه محافظ انداخته و فوراً دست خود را با آب و صابون شسته و یا با محلول ضد عفونی با بنیان الکلی ضد عفونی نمایید.



- رعایت بهداشت دست را بنمایید.

به صورت مکرر دست خود را با آب و صابون ضد میکروبی بشویید. در صورت فقدان آب و صابون ضد میکروبی و نیز در صورتی که دست های یتان به صورت واضح کثیف نمی باشد، از محلول ضد عفونی دست با بنیان الکلی استفاده نمایید. از تماس دست های آلوده خود با چشم ها، لب، بینی و دهان اجتناب نمایید.

- از به اشتراک گذاری وسایل خانگی خودداری نمایید.

از مصرف ظروف غذاخوری، لیوان ها، فنجان ها، حوله ها، رختخواب و وسایل خواب و... به صورت مشترک با سایر اعضای خانواده اجتناب نمایید. در صورت استفاده، برای رعایت بهداشت آن ها را کاملاً با آب گرم و مواد شوینده بشویید.

- از دست دادن و روبوسی کردن با اعضای خانواده و سایرین خود خودداری نمایید .
- از خروج از منزل و رفت و آمد به مکان های عمومی خودداری نمایید.
- بعد از پایان نشانه ها و تایید عدم ابتلاء به بیماری توسط پزشک معالج خود تا 24 ساعت در ایزوله باقی بمانید..

❖ برای همراهان / مراقبین بهداشتی درمانی :

❖ در صورت مراقبت از فرد بیمار در منزل / مشکوکی که به لحاظ ابتلاء به MERS CoV بررسی شده است:

- مطمئن شوید که کاملاً دستورالعمل های پزشک معالج را درک نموده و قادر به پی گیری و ارائه آن ها در مورد داروه و مراقبت بیمار می باشید. شما بایستی نیازهای فردی بیمار (داروها، مواد غذایی و ...) وی را فراهم نمایید.
- تعداد مراقبین بیمار را به حداقل برسانید.
- سایر اعضای خانواده بایستی در جای دیگری اقامت نمایند. در غیر این صورت بایستی اتاق و دستشویی و حمام آنها از یکدیگر مجزا باشد.
- ملاقات کنندگان و مهمانان خانواده را ممنوع نمایید.
- افراد سالمند، افراد با شرایط خاص نظیر کسانی که دچار بیماری های ایمنوساپرسیو (مصرف کورتون طولانی)، شیمی درمانی، بیماری مزمن قلبی، ریوی، کلیوی، کبدی، دیالیز دیابت به ویژه دیابت کنترل نشده می باشند را از بیمار جدا نمایید.
- از تهیه مناسب اتاق مطمئن شوید. پنجره اتاق بیمار باز باشد.
- در صورتی که با ترشحات بدن، خون یا مایعات بدن بیمار نظیر (عرق، بزاق، خلط، مخاط بینی، مواد مستقرغه، ادرار یا مدفوع بیمار مواجهه دارید از ماسک جراحی یک بار مصرف، گان و دستکش استفاده نمایید. از سلامت پوست دست خود (عدم وجود سوختگی تازه، درماتیت تماسی درمان نشده مطمئن شوید).
- i. گان، ماسک جراحی و دستکش یک بار مصرف استفاده شده را در سطل آشغال انداخته و از مصرف مجدد آن ها اجتناب نمایید.

- ii. پس از در آوردن گان ، ماسک جراحی و دستکش یک بار مصرف خود، فوراً دستهایتان را با آب و صابون بشویید.
- دست های خود را مکرراً در طی شبانه روز و کاملاً با آب و صابون بشویید. در صورت عدم دسترسی به آب و صابون و اگر دستهای شما به صورت واضح آلوده و کثیف نیست، از محلول های ضد عفونی دست با بنیان الکلی نیز می توان استفاده نمود .
 - از استفاده مشترک ظروف غذاخوری (لیوان، فنجان، قاشق و چنگال، بشقاب و ...) و رختخواب و وسایل خواب با فرد مشکوک به ابتلاء به MERS CoV اجتناب نموده . ظروف و وسایل خواب مرتبط به فرد بیمار/ مشکوک را پس از استفاده به صورت کامل با آب گرم و مواد شوینده بشویید.
 - سطوحی که جهت استفاده مورد تماس مکرر واقع می گردند، نظیر دستگیره درب اتاق ، کلید روشنایی، دستشویی، حمام، پیشخوان ، میز ، کمد پای تخت بیمار/ فرد مشکوک، توالت ، حمام و وسایلی مانند تلفن را به صورت روزانه تمیز نمایید. در صورت آلودگی سطوح با خون، مایعات (ادرار، مدفوع و یا ترشحات بدن بیمار طبق مراحل ذیل آن ها را تمیز و ضد عفونی نمایید:
- i. قبل از تمیز نمودن سطوح گان و دستکش یکبار مصرف بپوشید.
 - ii. از ضد عفونی کننده های خانگی استاندارد موجود در بازار یا محلول وایتکس رقیق شده (یک قاشق غذا خوری از مایع وایتکس به ۴ لیوان آب بیفزایید) استفاده نمایید. برای تولید مقادیر زیادتر، ربع لیوان از محلول هیپوکلریت سدیم ۱/۰ درصد را به ۱۶ لیوان آب بیفزایید.
- البسه کثیف را کاملاً بشویید:
- i. لباس ها و ملحفه هایی را که آلوده به خون، ترشحات و یا مایعات بدن بیمار است را فوراً تعویض نموده و بشویید.
 - ii. قبل از تعویض لباس ها و ملحفه های آلوده، گان و دستکش یکبار مصرف بپوشید. پس از درآوردن گان و دستکش ، دست های خود را با آب و صابون کاملاً بشویید.
 - iii. البسه و ملحفه های کثیف را در درجه ای از ماشین که بیشترین زمان شستشو و آبکشی را داشته و آنها را کاملاً خشک می نماید، مورد شستشو قرار دهید.
- دستکش، گان و ماسک مورد استفاده و مصرف شده در کیسه زباله ی مجزا از سایر پسماندهای خانگی جای داده و سپس در داخل سطل آشغال کلی خانه بیندازید. بعد از جابجایی پسماندها حتماً دستان خود را با آب و صابون بشویید.
- ❖ نکات ذیل را بدقت بخوانید و برای حفظ ایمنی خود، مطابق با دستورالعمل ذیل اقدام نمایید:
- ❖ در صورتی که با فرد مشکوک/ بیمار مبتلا به MERS CoV تماس نزدیک داشته اید، نکات ذیل را بدقت بخوانید و برای حفظ ایمنی خود، مطابق با دستورالعمل ذیل گام به گام اقدام نمایید:

- خود را به لحاظ سلامت و بیماری برای مدت ۱۴ روز کنترل نمایید. وضعیت خود را از لحاظ نشانه های ذیل کنترل کنید. جهت محاسبه دوره ۱۴ روزه، آخرین روز تماس خود با فرد بیمار را به عنوان اولین روز شروع دوره معین نمایید.
 - i. تب (۳۸ درجه سانتی گراد و بالاتر) . درجه حرارت بدن خود را روزانه ۲ بار کنترل کنید.
 - ii. سرفه .
 - iii. تنگی نفس.
 - iv. سایر نشانه های اولیه که بایستی مورد بررسی و کنترل باشد، شامل: لرز، درد بدن، گلو درد، سردرد، اسهال، تهوع/ استفراغ و آبریزش بینی است..
- در صورت وجود نشانه های یاد شده ، سریعاً! به اولین مرکز بهداشت نزدیک خود مراجعه نمایید. و در صورتی که قصد دارید به پزشک معالج خود مراجعه نمایید، حتماً از قبل به منشی ایشان علت مراجعه را اطلاع دهید.
- در صورتی که هیچ یک از نشانه های فوق را در خود نمی یابید، می توانید به فعالیت های روزمره خود ادامه داده و سر کار، به مدرسه یا سایر مکان های عمومی روید،