



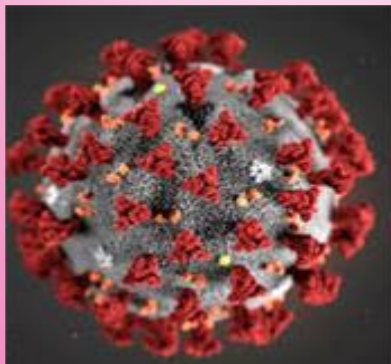
بیمارستان بانک ملی ایران

راهنمای مراقبت از

افراد مبتلا به کرونا

با علائم خفیف تنفسی

در منزل



۱۷- جهت شستشوی لباس‌ها از آب ۹۰-۶۰ درجه سانتی‌گراد و شوینده مناسب استفاده شود.

۱۸- جهت نظافت سطوح آلوده، از دستکش و لباس محافظ مناسب و مقاوم در برابر نفوذ رطوبت استفاده شود.

۱۹- ماسک و دستکش و وسایل استفاده شده، باید در سطل زباله درب‌دار انداخته شود.

۲۰- سایر افراد خانواده که در تماس با بیمار بوده‌اند، لازم است به مدت دو هفته اقدامات مراقبتی را مدنظر قرار دهند و به محض بروز تب، تنگی نفس، سرفه و گلو درد به پزشک مراجعه نمایند.

این نکته را همواره به یاد داشته

باشید: رعایت بهداشت دست، مهم‌ترین

و آسانترین راه پیشگیری از آلودگی به

کرونا ویروس است.

۱۲- از تماس مستقیم با ترشحات بدن پرهیز کنید، خصوصاً ترشحات دهانی، تنفسی و مدفوع. جهت انجام مراقبت‌های تنفسی، گوارشی و ادراری از دستکش یکبار مصرف و ماسک استفاده شود. بهداشت دست‌ها قبل از استفاده از دستکش و بعد از برداشتن ماسک و دستکش انجام شود.

۱۳- ظروف غذا و آشامیدن بیمار جدا شود و این وسایل با آب و مواد شوینده شسته شوند.

۱۴- سطوح مورد تماس اطراف بیمار (مانند میز کنار تخت و وسایل دیگر اتاق استراحت) را تمیز و ضدعفونی نمایید.

۱۵- دستشویی و حمام را با مواد ضدعفونی‌کننده مناسب (وایتکس رقیق شده توصیه می‌شود)، بصورت مرتب تمیز کنید.

۱۶- از وسایل مشترک مانند مسواک، سیگار، حوله، تختخواب استفاده نشود.

۱- بیمار را در اتاقی با تهویه مناسب قرار دهید.

۲- بیمار حداقل جابجایی را در منزل داشته باشد و فضاهای مشترک مثل آشپزخانه، حمام تهویه مناسب داشته باشد.

۳- سایر افراد خانواده باید در فضای دیگری از خانه حضور داشته باشند و در صورتی که این امر امکان ندارد حداقل یک متر از فرد بیمار فاصله داشته باشند و تختخواب بیمار جدا باشد.

۴- برای مراقبت از بیمار ترجیحاً باید یک شخص سالم که بیماری مزمن دیگری مانند: دیابت، فشارخون، نارسایی قلبی و تنفسی ندارد، حضور داشته باشد.

۵- بیمار تا بهبودی کامل با عیادت کنندگان ملاقاتی نداشته باشد.

۶- بدنبال هرگونه تماس با بیمار یا اطرافیان وی، بهداشت دست که شامل حداقل ۲۰ ثانیه شستشو با آب و صابون یا ضدعفونی کننده‌های حاوی الکل می باشد انجام شود.

۷- بعد از شستن دست با آب و صابون، جهت خشک کردن آن استفاده از دستمال کاغذی مناسب است و در صورت در دسترس نبودن از حوله تمیز استفاده شود. اگر حوله خیس شد باید تعویض گردد، همچنین حوله‌ها باید مرتب شسته شوند.



۸- برای مراقبت از ترشحات تنفسی، یک ماسک جهت بیمار تهیه شود و تا حد امکان به صورت مداوم استفاده نماید. کسانی که ماسک را تحمل نمی‌کنند، باید بهداشت تنفسی را رعایت کنند. (پوشاندن دهان و بینی با دستمال کاغذی زمان عطسه و سرفه و انداختن آن در سطل زباله درب‌دار. اگر جهت بهداشت از دستمال تمیز استفاده می شود به صورت مرتب با آب و صابون شسته شود).

۹- مراقبین باید در زمان حضور در اتاق بیمار از یک ماسک مناسب که دهان و بینی را به صورت صحیح بپوشاند استفاده نمایند.

۱۰- در زمان استفاده از ماسک نباید ماسک روی صورت دستکاری یا جا به جا شود، اگر ماسک با ترشحات تنفسی آلوده یا کثیف شد باید با یک ماسک تمیز دیگر جایگزین شود.

۱۱- از دستکش و ماسک استفاده شده مجدداً استفاده نکنید.