



با سلام و آرزوی بهبودی و سلامتی برای شما

لطفاً در صورتی که یکی از اعضای خانواده شما دچار بیماری تنفسی جدید شده و طبق تشخیص پزشک نیاز به بستری در بیمارستان نداشته است، نکات ذکر شده در این بروشور را برای مراقبت از ایشان در منزل رعایت کنید.

در حین استفاده، ماسک نباید لمس شود یا دستکاری شود.
اگر ماسک فرد مراقبت کننده با ترشحات تنفسی و سرفه بیمار آلوده شد، فوراً تعویض گردد.
 MASK بعد از پایان استفاده، با شرایط بهداشتی به طور مناسب جمع آوری و دفع گردد.
 بهداشت دست بعد از برداشتن ماسک انجام گیرد.
 بهداشت دست فوراً به دنبال تماس با افراد بیمار یا محیط اطراف آنها انجام شود.
 بهداشت دست می بایست قبل و بعد از تهیه غذا، بعد از استفاده از توالت و هر زمان که دست ها کشیف به نظر می رسدند، انجام شود.

هنگام استفاده از آب و صابون از حوله های کاغذی یکبار مصرف استفاده شود. باید دستها خشک گردد و اگر حوله های کاغذی در دسترس نیست از حوله پارچه ای اختصاصی استفاده شود اما حتماً بعد از خیس شدن آنها را جایگزین کنید.

بهداشت تنفسی باید در همه اوقات بویژه در خصوص افراد بیمار انجام شود.
 بهداشت تنفسی به صورت پوشاندن دهان و بینی در هنگام سرفه یا عطسه و بدنبال آن بهداشت دست رعایت گردد.

موارد مورد استفاده قرار گرفته برای پوشاندن دهان و بینی بعد از استفاده به روش مناسب جمع آوری و دفع گردد و یا به روش مناسب شسته شود. (به عنوان مثال دستمال ها با استفاده از صابون معمولی یا مواد شوینده و آب شسته شود.)

از تماس مستقیم با مایعات بدن به خصوص ترشحات دهان یا تنفس و مدفوع خودداری گردد.
 از دستکش یکبار مصرف برای مراقبت از بهداشت دست و ماسک برای بهداشت دهان یا تنفس، هنگام جابجایی مدفوع، ادرار و پسماند استفاده شود. بهداشت دست حتماً قبل و بعد از استفاده از دستکش انجام شود.

بیمار می بایست در یک اتاق جداگانه با تهویه مناسب قرار گیرد.
 محدودیت ارتباط و تماس بیمار با افراد دیگر رعایت شود.
 یک نفر که از نظر سلامتی در وضعیت خوبی قرار دارد برای مراقبت از بیمار اختصاص داده شود.
 اعضاً خانواده باید از تردد به اتاق بستری بیمار خودداری نمایند.
 در شرایط ناچاری از اشتراک فضای روزانه، بیمار باید بهداشت تنفسی را رعایت نموده و از سایر افراد خانواده حداقل یک متر فاصله بگیرد.
 یک استثنای ممکن است برای یک مادر شیرده در نظر گرفته شود. با توجه به مزایای تغذیه با شیر مادر و نقش ناچیز مادر در انتقال ویروس های دستگاه تنفسی، مادر می تواند به شیردهی ادامه دهد. مادر هنگام نزدیک شدن به کودک باید از ماسک استفاده کند و قبل از تماس با کودک، رعایت دقیق بهداشت دست را انجام دهد. وی همچنین سایر اقدامات بهداشتی شرح داده شده در این دستورالعمل را رعایت نماید.

تردد و جابجایی بیمار باید محدود باشد و فضاهای مشترک به حداقل برسد.
 فضاهای مشترک مثل آشپزخانه و حمام باید تهویه مناسب داشته باشد.
 فرد مراقبت کننده از بیمار زمانی که با فرد بیمار در یک اتاق قرار دارد از ماسک معمولی استفاده کند و دقت کند که به طور مناسب صورت را پوشاند.