

کرونا را شکست می دهیم

## شرایط نگهداری بیمار مبتلا به کرونا در منزل

کرونا را شکست می دهیم

[www.pasteur.ac.ir](http://www.pasteur.ac.ir)

بیماران با علائم خفیف مانند تب خفیف، ضعف، سردرد، سرفه، آبریزش بینی و گلودرد که فاقد سابقه بیماری های ریوی، قلبی، کلیوی، دیابت و یا نقص سیستم ایمنی می باشند نیاز به بستری در بیمارستان ندارند و تا زمان بهبودی کامل، می توانند با رعایت شرایطی که در این بروشور آمده است در منزل، قرنطینه شوند

در صورت بروز علائم هشدار دهنده، مانند تنگی نفس، تنفس دشوار، عدم قطع تب، تشدید سرفه، خلط خونی، علائم کاهش سطح هشیاری باید به مراکز درمانی مراجعه نمایند





## محل نگهداری از بیمار

- بیمار در یک اتاق جدا با تهویه مناسب باشد.
- بیمار در فضاهای مشترک منزل تردد ننماید.
- حداقل فاصله اعضای خانواده با بیمار، یک متر باشد، کسی در تختخواب بیمار نخواهد.

## نقل و انتقال بیمار

- برای انتقال بیمار علامت‌دار از وسایل حمل‌ونقل عمومی استفاده نشود. برای این منظور، آمبولانس یا وسیله‌ی شخصی که در حین تردد، پنجره باز باشد، توصیه می‌شود.

## ارتباط با دیگران

- برای مراقبت از بیمار، فرد سالمی انتخاب شود. که سابقه بیماری زمینه‌ای نداشته باشد.
- ملاقات با بیمار توسط بستگان و آشنایان، صورت نگیرد.
- توجه: توصیه می‌شود فرد رابط، غذا و مایحتاج فرد بیمار را در ورودی اتاق او بگذارد و تا حد امکان به ایشان نزدیک نشود.

## ماسک

- بیمار و افراد در ارتباط با او باید از ماسک جراحی (ماسک تنفسی ساده) استفاده نمایند.
- به هیچ‌وجه قسمت جلویی ماسک نباید لمس شود.
- اگر ماسک از ترشحات، مرطوب و کثیف شد بلافاصله باید با ماسک خشک و تمیز جایگزین شود.
- ماسک و دستکش، دستمال و سایر زباله‌های تولیدی در هنگام مراقبت، در کیسه‌ای دربسته ریخته شود.
- بعد از دور انداختن ماسک، دستانتان را بشویید.

## دستها

- بهداشت دست، پس از هر بار تماس با بیمار و یا محیط اطراف آن رعایت گردد.
- قبل و بعد از غذا، دست‌ها با شوینده مناسب شسته شود.
- دست با دستمال کاغذی یکبار مصرف خشک گردد (در صورت استفاده از حوله‌ی پارچه‌ای، بعد از مرطوب شدن تعویض شود).

## شرایط نگهداری از بیمار مبتلا به کرونا در منزل



## برخورد با علائم

- تا بعد از بهبود علائم بالینی، یا آزمایشگاهی (دو نوبت پی‌سی‌آر منفی) فرد باید در منزل بماند، توصیه می‌شود زمان قرنطینه در منزل، حداقل دو هفته باشد.
- زمان سرفه و عطسه، استفاده از ماسک جراحی (ماسک تنفسی ساده) یا پارچه‌ای یا دستمال یا آرنج خم شده ضروری است.
- وضعیت سایر اعضای خانواده از نظر علائم عفونت حاد تنفسی رصد شود و در صورت بروز علائمی چون تب و سرفه، به موقع به تیم درمانی اطلاع‌رسانی شود (افراد مرتبط تا ۱۴ روز بر وضعیت سلامت خود نظارت دائم داشته باشند).

## نظافت

- ظروف غذاخوری، لوازم شخصی، البسه و ملحفه‌ی بیمار به‌طور جداگانه و مرتباً در دمای ۶۰ تا ۹۰ درجه با شوینده‌های مناسب شسته شود.
- اگر ملحفه و لباس به ترشحات تنفسی آلوده شد، برای تعویض آن از دستکش و پیشبند استفاده کنید.
- مکان‌هایی از اتاق بیمار که زیاد لمس می‌شود و مکان‌هایی که در خانه مشترکند و زیاد لمس می‌شوند مکرراً با شوینده‌های صابونی یا محلول وایتکس رقیق نیم‌درصد (۱/۵) درصد ضدعفونی شود.

## احتیاط

- جهت ممانعت از انتشار قطرات آلوده از تکاندن لباس و ملحفه‌ی بیمار خودداری کنید.
- استفاده از وسایل شخصی بیمار مثل مسواک، حوله، لیف و ملحفه بیمار ممنوع است.