



چگونه از بیمار مبتلا به عفونت حاد تنفسی (کرونا ویروس) مراقبت کنیم؟



کمیته آموزش خودمراقبتی به بیمار و خانواده
دانشگاه علوم پزشکی مشهد

زمستان ۹۸

۱۰- البسه- حوله- ملحفه میتوانید با ماشین لباسشویی در آب ۶۰ تا ۹۰ درجه شسته شود. از تکان دادن البسه های بیمار خودداری شود **در صورت بروز مجدد علائم و نشانه ها حتما به مراکز درمانی مراجعه شود**

اگر یکی از اعضای خانواده علائم حاد تنفسی مانند: تب و سرفه- گلودرد و تنفس دشوار را تجربه کرد بلافاصله به تیم بهداشت شهرستان یا دانشگاه اطلاع دهید

به یاد داشته باشید که: هنگام استفاده از ماسک نباید لمس و یا دستکاری شود در صورت آلوده شدن ماسک به ترشحات تنفسی باید فوراً تعویض و دستها شسته شود.

سامانه های تلفنی ۱۹۱، ۳۰۴ و ۳۱۴۴۹۴۴۹

پاسخگوی سؤالات شما در مورد بیماری کرونا هستند.



منابع:

مطالب آموزشی بیمارستان مسیح دانشوری

سازمان بهداشت جهانی

**از حضور افراد سالمند در تماس با بیمار
مشکوک جدا خودداری شود.**

۴- اعضای خانواده از تردد در اتاق بیمار خودداری کنند و در صورت ناچاری حتما بهداشت تنفسی (پوشیدن ماسک) را رعایت نمایند.

فرد مراقبت کننده از بیمار، زمانی که در یک اتاق قرار دارد از ماسک معمولی استفاده نماید و دقت کند بطور مناسب صورت را بپوشاند .

۵- آب دهان خود را در مکانهای عمومی به زمین نیاندازید

یک استثنا:

مادر شیرده با توجه به اهمیت شیر مادر می تواند به شیردهی ادامه دهد فقط هنگام نزدیک شدن به کودک ماسک بزند و بهداشت دست را دقیق اجرا کند.

۶- از دستمال یک بار مصرف در هنگام سرفه و عطسه استفاده و بطور مناسب جمع آوری و دفع کنید.

۷- استفاده از ظروف غذایی مشترک، سیگار، حوله، ملحفه ممنوع است.

۸- شستشوی ظروف با آب و مایع ظرفشویی باشد .

۹- روزانه سطوح مورد تماس بیمار و سطوح مشترک با محلول ضد عفونی (وایتکس رقیق ۱٪) گندزدایی شود (مانند توالت و روشویی)

هموطن گرامی؛ سلام

این برگه آموزشی دربردارنده نکاتی در مورد **پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا** است. لطفاً این مطالب را با دقت مطالعه بفرمایید.

بیمار چه علائمی دارد؟

ممکن است بیمار مبتلا به عفونت حاد تنفسی فوقانی بدون عارضه و با علائم خفیف باشد که عبارتست از:

- گاهی بدون تب
- سرفه، گلودرد
- احتقان بینی و آبریزش
- بی حالی
- سردرد یا درد عضلانی

1

توجه داشته باشید که :

اگر دارای بیماری مزمن مانند: بیماریهای ریه و قلب، نارسایی کلیه، و یا شرایط نقص ایمنی دارید در معرض خطر بیشتری هستید.



- بهتر است یک فرد سالم و جوان مراقبت از بیمار را در منزل به عهده بگیرد.
- تلاش کنید افراد محدودی با بیمار در تماس باشند

2

چگونه بیماری تشخیص داده می شود؟

برای تشخیص این که آیا فرد دارای این علائم، مبتلا به ویروس کرونا هست یا نه می توان از آزمایش خون، کشت گلو و بینی استفاده کرد.



چه توصیه هایی برای مراقبتهای بالینی در منزل باید رعایت کنیم؟

۱-دستان خود را کاملاً با آب و صابون به ویژه پس از سرفه و عطسه بمدت ۲۰-۳۰ ثانیه بشویید.



۲- تا حد امکان قبل از شستن دست ها، آنها را به چشم، بینی و دهان خود نزنید.
۳-بیمار را در یک اتاق جداگانه که تهویه مناسب دارد قرار دهید. (پنجره ای برای تعویض هوای اتاق باشد)

بهتر است یک نفر که از نظر سلامتی در وضعیت خوبی است (سالمند نباشد) از بیمار مراقبت کند.

3