



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی
۱۷ شهريور رشت

از "کووید-۱۹" چه می دانید؟



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

آذر ۹۹

با آرزوی سلامتی برای شما و فرزند دلبدتان برای کسب اطلاعات و پیگیری، اطلاعات تماس مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی هفده شهريور رشت به شرح ذیل می باشد:

آدرس: رشت، خیابان نامجو، خیابان شهید سیادت، ضلع جنوبی پارک شهر، مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی ۱۷ شهريور رشت

شماره تماس بیمارستان:

۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴

آدرس صفحه "آموزش به بیمار" بیمارستان:

<http://www.gums.ac.ir/17shahrivar>



منبع:

مجموعه دستورالعمل های بهداشت و درمان در کنترل اپیدمی بیماری COVID-19، نسخه هشتم. شهريور ۱۳۹۹. معاونت های بهداشت- درمان، وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی.

• دستکش ها، حوله ها، ماسک ها و سایر پسماندهای تولید شده توسط بیمار یا در حین انجام فرایند مراقبت از بیمار قبل از دفع با سایر پسماندهای خانگی باید در یک ظرف درب دار در اتاق بیمار جمع آوری گردند.

• شستشوی ظروف غذایی بیمار با آب و مایع ظرفشویی توصیه می شود.

• توالت و روشویی مورد استفاده بیمار روزانه گندزایی شود. برای تهیه ی محلول (۱ قسمت از مایع سفید کننده با نام تجاری وایتکس و ۹ قسمت آب سرد) تهیه شود و پس از ۲۴ الی ۴۸ ساعت محلول جدید تهیه شود.

• البسه ، حوله و ملحفه های مورد استفاده بیمار با استفاده از ماشین لباسشویی در آب ۶۰ تا ۹۰ درجه شسته شود.

• به دلیل احتمال ایجاد ذرات ریز آلوده کننده ، از تکاندن البسه و ملحفه های بیمار خودداری شود.

• با توجه به مزایای تغذیه با شیر مادر و نقش ناچیز شیر مادر در انتقال ویروس های دستگاه تنفسی، مادر می تواند به شیردهی ادامه دهد. مادر هنگام نزدیک شدن به کودک باید از ماسک استفاده نماید و قبل از تماس با کودک، رعایت دقیق بهداشت دست را انجام دهد.

در صورتی که در تماس با فرد بیمار بودید تا مدت ۱۴ روز از بعد از تماس با فرد مبتلا بر سلامت خود نظارت داشته باشید و در صورت بروز تب، علائم تنفسی مانند سرفه یا تنفس دشوار یا اسهال، به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید.

مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در مورد بیماری "کووید-۱۹" می باشد لطفاً به نکات زیر توجه فرمایید:

مقدمه:

اخیراً مواردی از ابتلا به عفونت شدید تنفسی در کشور چین گزارش گردید و در ابتدا بر اساس مشاهدات اینگونه به نظر می رسید که برخی از بیماران تاریخچه حضور یا کار در بازار عمده فروش ماهی و غذاهای دریایی را دارند. چند روز بعد پس از رد سایر عوامل بیماریزای دیگر مشخص شد، عامل بیماری یک "کرونا ویروس" جدید به نام کووید-۱۹ می باشد.

بیماری "کووید-۱۹" چه علائمی دارد؟

در اغلب بیماران به شکل یک بیماری تنفسی بدون عارضه و در برخی بیماران به شکل علائم زیر ظاهر می شود:

- تب
- لرز و سردرد
- از دست دادن حس چشایی و بویایی
- گلو درد یا بدون سرفه های خشک
- بدن درد، خستگی مفرط و ضعف
- اسهال
- عفونت ریه
- تنگی نفس، افزایش تعداد تنفس و احساس درد در قفسه سینه



بیماری "کووید-۱۹" چگونه منتقل می شود؟

بر اساس راه اصلی انتقال ویروس عامل بیماری که تماس مستقیم با انسان یا حیوان یا محیط آلوده است، در موارد زیر خطر ابتلا به بیماری بیشتر می باشد:

- افرادی که در فاصله کمتر از یک متر با بیماران قرار دارند (بیش از ۱۵ دقیقه)
- افرادی که در مقابل عطسه و یا سرفه بیماران باشند.
- افرادی که دستشان با سطوح آلوده به قطرات تنفسی بیماران برخورد داشته و سپس چشم، بینی و یا دهان خود را با همان دست آلوده لمس کرده باشند.
- کادر درمانی که بدون رعایت نکات حفاظت فردی و اصول پیشگیری در ارائه خدمات به بیماران نقش دارند، در معرض اکتساب این ویروس قرار دارند.



بیماری "کووید-۱۹" چگونه درمان می شود؟

۱-درمان دارویی:

بیماری "کورونا ویروس" یک بیماری ویروسی است و درمان ضد ویروسی قطعی در حال حاضر در دسترس نمی باشد اما در صورت نیاز (پس از ارزیابی وضعیت بالینی بیمار) طبق نظر پزشک معالج، داروهای مناسب جهت تسکین علائم تجویز می شود.

۲-درمان حمایتی:

اکسیژن درمانی و مدیریت مایعات اجرا می شود.

چگونه از ابتلا به "کووید-۱۹" پیشگیری کنیم؟

- بیمار را در یک اتاق جداگانه و با تهویه مناسب قرار دهید.
- اعضای خانواده باید از تردد به اتاق بستری بیمار خودداری نمایند.
- اطمینان حاصل کنید که فضاهاى مشترک (به عنوان مثال آشپزخانه، حمام) به خوبی تهویه می گردند به عنوان مثال پنجره ها را باز نگه دارید.
- فرد مراقبت کننده از بیمار زمانی که با فرد بیمار در یک اتاق قرارداد باید از ماسک معمولی استفاده نماید و دقت کند که به طور مناسب صورت را بپوشاند.
- در حین استفاده، ماسک نباید لمس شود یا دستکاری شود. اگر ماسک فرد مراقبت کننده، با ترشحات تنفسی و سرفه بیمار آلوده گردد، باید فوراً تعویض شود.
- بهداشت دست را فوراً به دنبال تماس با افراد بیمار یا محیط اطراف قبل و همچنین بعد از تهیه غذا، قبل و بعد از خوردن غذا، بعد از استفاده از توالت و هر زمان که دستها کثیف به نظر می رسند انجام شود.
- بهداشت دست را با استفاده از صابون و آب با دقت و صحیح باید انجام داد پس استفاده از آب و صابون، از حوله های کاغذی یکبار مصرف استفاده شود.
- بهداشت تنفسی باید در همه اوقات به ویژه در خصوص افراد بیمار انجام شود. بهداشت تنفسی بصورت پوشاندن دهان و بینی در هنگام سرفه یا عطسه، با استفاده از ماسک های طبی، ماسک های پارچه ای و امثالهم انجام می شود که به دنبال آن بهداشت دست نیز باید رعایت گردد.