

۱- در محیط کاری قبل از شروع به کار از سلامت خود مطمئن باشید (تب نداشته باشید)

۲- به عنوان کادر درمان (پزشک - پرستار و ...) سعی کنید که شیفت کاری خود را با آرامش و بدون هیچگونه استرسی شروع کنید چون استرس زیاد شمارا در معرض ابتلا به بیماری قرار می دهد .

۳- در صورتی که باردار بوده و یا دچار نقص سیستم ایمنی هستید به مسئول بخش اطلاع دهید.

۴- هنگام سرفه یا عطسه از دستمال استفاده کنید یا در بخش بالایی آرنج سرفه یا عطسه کنید .

۵- دستمال های آلوده را در سطل زباله درب دار بیندازید .

۶- در صورت آلوده شدن دست با ترشحات تنفسی و یا آلودگی های واضح (آلودگی با خون یا سایر مایعات و ترشحات بدن و یا استفاده از توالت) سریعاً " دست ها را با آب و صابون بشوئید.

۷- به منظور پیشگیری از انتقال آلودگی به بیمار قبل از تماس با بیمار و قبل از اقدامات درمانی تمیز و استریل دست های خود را بشوئید .

نحوه شستشوی صحیح دست ها :



۸- در مواجهه با تمامی بیماران مشکوک به کرونا و پروس جدید احتیاطات استاندارد را رعایت نمائید. احتیاطات استاندارد شامل موارد زیر است :

- بهداشت دست
- استفاده از وسایل حفاظت فردی (بر مبنای ارزیابی خطر)
- بهداشت سطوح
- دفع ایمن پسماندها
- تزریق ایمن
- تمیز و ضد عفونی کردن وسایل و تجهیزات تنفسی
- بهداشت ملحفه ها و لباس های بیمار

در تریاژ بیمارستانی در صورت مواجهه با بیمار مشکوک به کووید -۱۹ دارای تب و سایر علائم تنفسی , دادن یک ماسک جراحی به بیمار کافی است .

در صورتی که پرسنل کادر درمان در فاصله یک تا دو متر از بیمار ارائه خدمت می دهند باید از ماسک طبی استفاده کنند.

توجه : در زمانی که نیاز است احتیاطات استاندارد رعایت شود , زدن ماسک جراحی کافی است .

روش صحیح زدن ماسک جراحی :



۹- در زمان انجام پروسیجر های تولید کننده آئروسول , استفاده از ماسک N95 الزامی است . پروسیجرهای تولید کننده آئروسول شامل موارد زیر است :



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
لرستان

مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا
(برای کارکنان بهداشتی درمانی)



واحد آموزش سلامت- بازنگری ۱۴۰۴

سایت بیمارستان:

<http://shohada.lums.ac.ir>

ترتیب پوشیدن وسایل حفاظت فردی :



ترتیب خارج کردن وسایل حفاظت فردی :

- ۱- در آوردن دستکش
- ۲- شستن دست
- ۳- در آوردن گان
- ۴- شستن دست
- ۵- در آوردن عینک یا محافظ صورت
- ۶- در آوردن کلاه یا پوشش سر
- ۷- در آوردن ماسک از پشت سر
- ۸- شستن دست

- برونکوسکوپی
- تعبیه لوله تراشه و یا خروج آن
- احیای قلبی ریوی
- انجام تهویه دستی کمکی قبل از اینتوباسیون
- تراکتومی
- تهویه کمکی غیر تهاجمی



روش در آوردن صحیح ماسک هم بسیار مهم است که باعث آلودگی فرد نشده و از انتقال و انتشار ویروس به محیط جلوگیری شود .

روش صحیح خارج کردن ماسک :

