

## نحوه مراقبت از بیماران کرونایی در منزل

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز نحوه مراقبت از بیماران کرونایی در منزل را تشریح کرد.



ایسنا/آذربایجان شرقی: معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز نحوه مراقبت از بیماران کرونایی در منزل را تشریح کرد.

دکتر عباسعلی درستی در گفت و گو با ایسنا با اشاره به نحوه مراقبت در منزل از بیماران مبتلا به کرونا، اظهار کرد: در مرحله اول، بیمار را به مدت 14 روز در یک اتاق جداگانه که تهویه مناسب مانند پنجره و نور مناسب داشته باشد، نگه دارید.

وی با بیان اینکه باید از ورود سایر افراد منزل به اتاق قرنطینه خودداری شود، گفت: بهتر است در صورت امکان اتاق قرنطینه مجزا از سایر قسمت های منزل بوده و این اتاق روزانه حداقل دو بار با باز کردن پنجره هوای اتاق، تهویه شود. غذا و سایر مایحتاج فرد بیمار در ورودی اتاق به وی تحویل داده شده و بهتر است تهویه اتاق قبل از تبادل با فرد مراقب انجام شده باشد.

وی خاطرنشان کرد: در شرایطی که ناچار به اشتراک فضای روزانه با فرد بیمار هستید، بیمار باید بهداشت تنفسی را رعایت کرده و فاصله حداقل یک متری را از سایر افراد خانواده حفظ کند.

درستی با بیان اینکه اگر منزل دو توالت یا حمام دارد، یکی از آن ها به فرد بیمار اختصاص یابد، گفت: توالت و روشویی مورد استفاده بیمار باید روزانه با محلول ضد عفونی وایتکس رقیق یک درصد گند زدایی شود؛ در صورتیکه منزل تنها یک توالت و حمام دارد، سطوح کف و شیر آلات، کلید برق، دستگیره درها پس از هر بار استفاده از توالت یا حمام با الکل طبی یا وایتکس رقیق شده یک درصد گند زدایی شده و حتی مسیری که فرد از اتاق تا توالت و حمام می رود نیز باید گندزدایی شود.

وی یادآورد شد: رعایت توصیه های ایمنی برای استفاده از الکل طبی به منظور ضد عفونی در کاربرد خانگی و توجه به هشدارهایی مانند احتراق و خطرات ناشی از آتش سوزی ضروری است.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، با تاکید بر ضرورت استفاده از ماسک معمولی توسط بیمار و مراقب او هنگام قرار داشتن در یک اتاق، اظهار کرد: فرد مراقب دقت کند که به طور مناسب صورت خود را بپوشاند. ماسک در حین استفاده نباید لمس یا دستکاری شود و باید بعد از پایان استفاده (حداکثر هر هشت ساعت) با رعایت شرایط بهداشتی از صورت برداشته شود. در صورت آلوده شدن ماسک فرد مراقبت کننده با ترشحات تنفسی و سرفه بیمار، باید به سرعت آن را تعویض کرد.

وی متذکر شد: پوشیدن دستکش یکبار مصرف برای درآوردن ماسک، استفاده از بندهای ماسک و عدم دست زدن به قسمت پارچه ای ماسک، شست و شوی دست ها حداقل به مدت 20 ثانیه و جمع آوری و دفع ماسک به طور مناسب از دیگر نکات ایمنی مورد توجه به هنگام برداشتن ماسک از دهان است.

درستی اظهار کرد: دستکش ها، حوله ها، ماسک ها و سایر پسماندهای تولید شده توسط بیمار در حین انجام فرایند مراقبت از بیمار باید قبل از دفع با سایر پسماندهای خانگی در یک ظرف دربدار در اتاق بیمار جمع آوری شوند.

وی متذکر شد: بیمار باید در طول مدت قرنطینه استراحت کافی کرده و آب و مایعات فراوان نوشیده و در این مدت از بیرون رفتن از اتاق و منزل مگر در موارد ضروری مانند اخذ خدمات پزشکی خودداری کرده و با افراد دیگر نیز تماس نداشته باشد.

وی گفت: استفاده از ظروف غذایی مشترک، سیگار مشترک، حوله و یا ملحفه های مشترک ممنوع بوده و ظروف جدا استفاده بیمار هم باید از سایر ظروف منزل جدا بوده و به صورت مجزا با آب و مایع ظرفشویی و ابر و اسکاچ جدا

شسته شود.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تاکید کرد: البسه، حوله و ملحفه های مورد استفاده بیمار از سایر افراد جدا و در مایع یا پودر شست و شو و آب داغ با حرارت 60 تا 90 درجه خیسانده و سپس شسته شده و در صورت استفاده از ماشین لباسشویی باید از تنظیماتی استفاده شود که بیشترین دما و زمان شست و شو با آبکشی یا خیساندن اولیه را لحاظ کند.

وی بیان کرد: در صورت وجود فرد سالمند یا با بیمار قلبی-عروقی، تنفسی، دیابت، فشارخون، نقص ایمنی یا تحت درمان با کورتون در منزل، آن ها را به محل دیگری منتقل کنید.

وی در بخش پایانی سخنانش، خاطرنشان کرد: اگر یکی از اعضای خانواده علائم عفونت حاد تنفسی از جمله تب، سرفه، گلو درد و تنفس دشوار را تجربه کرد، بلافاصله به تیم بهداشت شهرستان مربوطه اطلاع داده و توصیه های بهداشتی را دنبال کند.