

Coronavirus COVID-19

السلوك الاجتماعي

1



يجب على الشخص المصاب بعدوى كوفيد 19 أو المشتبه بإصابته أن يبتعد عن بقية أفراد العائلة ، إن أمكن ، في غرفة فردية جيدة التهوية ويجب ألا يتلقى زيارات.

2



يجب غسل اليدين جيدًا بالماء والصابون أو بمحلول كحولي مائي بعد كل اتصال مع المريض أو مع محيطه ، قبل وبعد إعداد الطعام ، قبل تناول الطعام ، وبعد استخدام الحمام وكلما إتسخت اليدين.

3



يجب تجفيف اليدين باستخدام مناشف ورقية يمكن التخلص منها. إذا لم يكن ذلك ممكنًا ، استخدم المناشف وقم باستبدالها عندما تكون رطبة

4



إذا كنت لا تستخدم مناديل يمكن التخلص منها ، اغسل مناشف الثوب بالصابون أو المنظف العادي و الماء.

5



تجنب الاتصال المباشر بسوائل الجسم ، وخاصة الإفرازات الفموية أو التنفسية والبراز والبول باستخدام القفازات ذات الاستخدام الواحد.

6



إذا ظهرت على أحد أفراد الأسرة الأعراض الأولى للعدوى التنفسية الحادة (الحمى ، السعال ، التهاب الحلق وصعوبات التنفس) ، اتصل بالطبيب المعالج ، بالحراسة الطبية أو بالأرقام الإقليمية.

Coronavirus COVID-19

المساعدة

1



من يهتم بالمريض يجب أن يكون بصحة جيدة وليس لديه أمراض تعرضه للخطر إذا أصيب بالعدوى.

2



يجب على أفراد الأسرة البقاء في غرف أخرى أو ، إن لم يكن ذلك ممكناً ، الاحتفاظ بمسافة لا تقل عن متر واحد من الشخص المريض والنوم في سرير آخر.

3



يجب على من يساعد المريض ، ارتداء قناع جراحي يتم وضعه بعناية على الوجه عندما يكون في نفس الغرفة. إذا كان القناع مبللاً أو متسخاً بسبب الإفرازات ، فمن الضروري استبداله فوراً وغسل اليدين بعد إزالته.

4



يجب على الشخص الذي يعتني بالمريض أن يغطي فمه وأنفه عندما يسعل أو يعطس باستخدام مناديل يمكن التخلص منها أو العطس في الكوع مع ثنيه ، لذلك يجب عليه غسل يديه.

5



تجنب مشاركة المريض فرشاة الأسنان ، السجائر ، أوواني المطبخ ، المناشف ، بياضات الأسرة وما إلى ذلك.

6



استخدم القناع عند تغيير ملاءة سرير المريض.

1



استخدم حاويات تفتح بدواسة بأكياس مزدوجة (تبقى واحدة في الحاوية و ترمى الأخرى) ، توضع داخل غرفة المريض ، لرمي القفازات والمناديل والأقنعة والنفايات الأخرى.

2



في حالة العزل المنزلي ، يجب عدم تصنيف النفايات لتجنب تراكم المواد التي يحتمل أن تكون خطيرة والتي يجب التخلص منها بدلاً من ذلك في سلة النفايات غير المصنفة.

3



ضع الغسيل الملوث في كيس مخصص للغسيل المتسخ مرتدياً القفازات. لا تهز الغسيل المتسخ وتجنب التلامس المباشر مع الجلد والملابس.

4



قم بالتنظيف والتطهير يوميًا عن طريق ارتداء القفازات والملابس الواقية (مثل الوزرة البلاستيكية) و الأسطح مثل الطاولات الجانبية للسرير ، الأسرة وغيرها من الأثاث في غرفة نوم المريض ، المراحيض وأسطح الحمام مع مطهر منزلي عادي ، أو مكون من الكلور (مبيض) بتركيز 0.5% من الكلور النشط أو 70% كحول

5



اغسل الملابس الخاصة بالمريض ،أغطيته والمناشف الخاصة به إلخ....، في الغسالة عند درجة حرارة 60-90 درجة مئوية باستخدام منظف عادي أو يدويًا بمنظف عادي وبالماء ، وجففها جيدًا