

هوا حکیم

دستورالعمل مراقبت و کنترل بیماری کورونا ویروس جدید ۲۰۱۹ چین

در مدارس، مهدکودک‌ها، کودکان‌ها، مراکز آموزشی

(نسخه ۰۲- بهمن ۱۳۹۸)

(این دستورالعمل بنا بر توصیه های بین المللی و یافته های علمی جدید به روز رسانی خواهد گردید)

معاونت بهداشت، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

معاونت تربیت بدنی و سلامت، وزارت آموزش و پرورش

۱۳۹۸

مقدمه:

مسئولیت و وظایف دولت ها در تأمین سلامت آحاد جامعه اصلی است اجتناب ناپذیر که توجه به آن در جامعه‌ای که مسوولان و کارگزاران آن تفکر سلامت محور داشته و توسعه پایدار را بر محوریت سلامت پایه گذاری نموده‌اند از اهمیت ویژه برخوردار است. دولت های عضو سازمان ملل متحد همگام با سازمان جهانی بهداشت به‌خوبی دریافته‌اند که چنانچه خود را متعهد به اجرای مقررات و ضوابط تعیین شده فی مابین در مورد توجه به ابعاد سلامت ندانند با مصایب و مشکلات عدیده ای روبه‌رو گردیده و عملکرد آنها آثار و تبعات بین المللی از جمله گسترش بیماری‌های واگیر با نگرانی بین المللی را به‌دنبال خواهد داشت و این مسأله مطمئناً در نظام پاسخگویی جهانی نیاز به یک منطق قانع کننده در مقابل دیگر دولت ها خواهد داشت و در این شرایط است که وظایف و مسئولیت ها مشخص و شفاف گردیده و می‌تواند در عرصه بین المللی کاملاً تأثیرگذار باشد.

با توجه به بروز بیماری کورونا ویروس جدید ۲۰۱۹ چین که به‌صورت اپیدمی گسترده شروع شده و تا زمان تهیه این دستورالعمل (۱۳۹۸/۱۱/۲۰) بیش از ۲۴ کشور دنیا موارد بیماری را گزارش نموده‌اند و اعلام رسمی سازمان جهانی بهداشت مبنی بر وضعیت اضطراری با نگرانی بین المللی (PHEIC)، به منظور انسجام و مدیریت یکپارچه و تقویت برنامه های مداخلاتی اجرایی، این دستورالعمل تهیه و تدوین گردیده است.

بیماری های تنفسی تب دار:

بیماری‌های تنفسی تب دار می‌توانند باعث ایجاد طغیان و یا همه گیری شوند. این بیماری‌ها دارای طیف وسیعی از علایم خفیف تا شدید هستند. بیماری کورونا در حال حاضر در بیشتر جمعیت به‌صورت خفیف تا متوسط دیده می‌شود. اما در گروه‌های پرخطر به‌فرم شدید و حتی منجر به مرگ و میر می‌گردد. این ویروس‌ها می‌توانند در هر سنی ایجاد بیماری نمایند اما توان ایجاد بیماری حاد و مرگ و میر در میان افراد مسن بیشتر است. همچنین افراد با بیماری زمینه ای خاص در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

در گروه های آسیب پذیر، بعد خانوار و حضور در اماکن پر ازدحام، عامل مهمی در انتقال بیماری است. زیرا افراد خانوار با گروه های متعدد در تعامل هستند و پس از بازگشت به محیط خانه توان سرایت بیماری را دارند. عوارض و مرگ و میر بیماری در سطح منطقه ای و ملی، بسته به حدت و قدرت سرایت ویروس است.

علائم عمومی بیماری در افراد، تب و شروع حاد علائم تنفسی (سرفه و تنگی نفس) بوده و در افراد مسن تر علائم تنفسی جدی تر از جمله تشدید نارسایی احتقانی قلب یا تغییر سطح هوشیاری است.

علائم بیماری تنفسی تب دار ۱ تا ۱۴ روز پس از ورود ویروس به بدن شروع می شود. بزرگسالان می توانند ویروس را قبل از شروع علائم منتقل کنند.

این عفونت ویروسی می تواند توسط قطرات تنفسی منتقل شود اما ممکن است از طریق سرفه، عطسه، یا صحبت کردن نیز منتقل شود. همچنین امکان انتقال از حیوان به انسان وجود دارد. در ضمن در شرح حال بیمار سفر و تماس با بیماران تب دار و بیماران دارای علائم تنفسی نقش بسیار مهمی در ابتلا به بیماری دارد.

هدف کلی: مراقبت و کنترل بیماری تنفسی تب دار

اهداف اختصاصی:

- ۱- کاهش گسترش بیماری در خانواده و جامعه
- ۲- کاهش موارد ابتلا، عوارض و پیشگیری از مرگ و میر ناشی از بیماری
- ۳- حفظ و نگهداری کارکرد مراکز آموزشی

راهکارهای اختصاصی:

- ۱- افزایش آگاهی و اطلاعات عمومی: آموزش دانش آموزان، اولیا و مربیان و فراگیران آموزشی در زمینه راه های انتقال و انتشار بیماری، روش های پیشگیری و کنترل بیماری

- ۲- جلب حمایت و مشارکت: برنامه ریزی به منظور افزایش ارتقای سلامت عمومی و فردی در مراکز و اماکن آموزشی با استفاده از ظرفیت های موجود از جمله انجمن اولیا و مربیان و سفیران سلامت
- ۳- مراقبت بیماری: شناسایی و گزارش به موقع موارد بیماری
- ۴- مهار و محدود سازی: تعطیلی و بازگشایی مراکز و اماکن آموزشی و جداسازی

اقدامات و فعالیت های اختصاصی:

۱. برگزاری جلسات، کارگاه ها، کلاس های آموزشی برای فراگیران آموزشی، اولیا و مربیان
۲. برنامه ریزی به منظور استفاده از توان فراگیران آموزشی و دانش آموزان به عنوان سفیر سلامت برای آموزش و ارتقای سلامت عمومی
۳. اقدامات مداخله ای کنترلی بهداشتی:
- ۳،۱- آموزش دانش آموزان، اولیا و مربیان، کارکنان در زمینه چگونگی محافظت در مقابل بیماری های تنفسی.
- ۳،۱-۱. از ظرفیت سفیران سلامت دانش آموزی در زمینه آموزش دانش آموزان بهره برداری شود.
- ۳،۲- هماهنگی برای اقامت فرد بیمار در منزل در هنگام بروز علایم بیماری حداقل به مدت ۲۴ ساعت تا بعد از قطع تب یا قطع علایم تب (لرز، احساس گرم بودن، ظاهر ملتهب و قرمز، تعریق) که بدون استفاده از داروهای تب بر باشد.
- ۳،۳- موازین کنترل عفونت بخش اساسی و جزء ذاتی ارائه خدمات به بیماران بستری در منزل است و احتیاطات استاندارد مورد تاکید و توجه باشد. احتیاطات استاندارد شامل بهداشت دست، استفاده از وسایل حفاظت فردی در صورت لزوم (بر مبنای ارزیابی خطر)، به منظور پیشگیری از تماس با ترشحات، مخاط و پوست آسیب دیده بیماران، بهداشت سطوح و پسماندها، آداب تنفسی، تمیز کردن و بهداشت ملحفه مورد استفاده بیمار است.
- ۳،۴- برنامه ریزی برای جایگزینی کارمندان / معلمان / اساتید بیمار با افراد سالم

- ۳،۵- تشویق و ترغیب دانش آموزان و کارکنان به رعایت آداب تنفسی (پوشاندن دهان و بینی در هنگام عطسه و سرفه با استفاده از دستمال کاغذی و دفع بهداشتی آن، استفاده از چین آرنج در هنگام نبود دستمال به منظور پوشاندن دهان و بینی و ...)
- ۳،۶- تامین وسایل و تجهیزات بهداشتی و نظافتی به میزان کافی (دستمال کاغذی، حوله کاغذی، صابون مایع و ...)
- ۳،۷- تشویق و ترغیب دانش آموزان و کارکنان به شستشوی مداوم دست‌ها با آب و صابون به‌طور صحیح حداقل به مدت ۲۰ تا ۳۰ ثانیه
- ۳،۸- تشویق و ترغیب دانش آموزان و کارکنان در زمینه عدم دست زدن به چشم‌ها، بینی و دهان در هنگام بیمار بودن در زمانی که دست‌ها آلوده هستند.
- ۳،۹- ضدعفونی و گندزدایی محل‌های تردد و توقف در اماکن آموزشی با هماهنگی و نظارت کارشناس بهداشتی در صورت لزوم. لذا تواتر اجرای برنامه‌های ضدعفونی و گندزدایی معمول در فصول سرد سال و در هنگام شیوع بیماری باید مورد بازبینی و بازنگری قرار گیرد.
- ۳،۱۰- از ظرفیت مراسم آغازین روزانه مدارس برای آگاه‌سازی و تاکید به رعایت امور بهداشتی استفاده شود.
- ۳،۱۱- آموزش فراگیران آموزشی، دانش آموزان، کارکنان و اولیا در زمینه اقدامات لازم در هنگام مبتلا شدن به بیماری در دستور کار جدی قرار گیرد:
- ۳،۱۰،۱- افزایش آگاهی در زمینه علایم بیماری، علایم هشداردهنده وخامت بیماری، گروه‌های پرخطر از نظر بیماری، موارد ارجاع فوری بیماران
- ۳،۱۲- جداسازی افراد بیمار از سایرین تا زمانی که به منزل یا پزشک مراجعه می‌کنند (جانمایی محل یا تعیین «اتاق تحت مراقبت» در مدرسه "SICK ROOM")
- ۳،۱۳- برنامه ریزی و اجرای کمپین‌های آموزشی در مراکز و اماکن آموزشی
- ۳،۱۲،۱- کمپین آموزشی شستشوی دست‌ها
- ۳،۱۲،۲- کمپین آموزش آداب بهداشتی تنفسی
- ۳،۱۴- آموزش عادت‌های بهداشتی به منظور پیشگیری از بیماری‌های تنفسی واگیر:

- ۳،۱۳،۱- پرهیز از تماس نزدیک با افراد بیمار (فاصله کمتر از یک متر، دست دادن و در آغوش گرفتن، روبوسی کردن و...)
- ۳،۱۳،۲- اقامت در منزل در هنگام بیمار شدن
- ۳،۱۳،۳- پوشاندن دهان و بینی در هنگام عطسه و سرفه کردن ترجیحا با دستمال کاغذی
- ۳،۱۳،۴- تمیز کردن و شستن دست ها در فواصل زمانی (به طور معمول پس از شستن و یا ضد عفونی کردن دست ها بیش از ۱۵ دقیقه تمیز نمی مانند).
- ۳،۱۳،۵- اجتناب از لمس چشم ها، بینی و دهان با دست های آلوده
- ۳،۱۳،۶- پرهیز از تماس با حیوانات
- ۳،۱۳،۷- عدم مصرف غذاهای نیم پخته
- ۳،۱۳،۸- اجرای عادت های خوب بهداشتی از جمله تمیز کردن و ضد عفونی کردن سطوح در معرض تماس در منزل، محل کار، مدرسه، خواب کافی، کاهش اضطراب، نوشیدن مایعات کافی، تغذیه مناسب و...
- ۳،۱۵- **تعطیل کردن مرکز آموزشی:** با توجه به عدم وجود هیچ مورد تأیید شده ای از ابتلا به کورونا ویروس جدید ۲۰۱۹ چین تاکنون در کشور، در حال حاضر دستور العملی برای تعطیلی مدارس در این مورد نیاز نیست. بدیهی است، بنا بر توصیه های بین المللی و یافته های علمی جدید، این دستورالعمل به روزرسانی خواهد گردید.
- ۳،۱۵،۱- در مورد ابتلا به بیماری های حاد تنفسی و به ویژه آنفلوآنزا دستور العمل ابلاغی قبلی معتبر است.
- ۴- تبادل به موقع و دقیق داده ها و اطلاعات مربوط به گزارش موارد مشکوک و یا وقوع طغیان در اماکن آموزشی از طریق آموزش و پرورش با مرکز بهداشت شهرستان به منظور بررسی و ارزیابی به موقع رخداد بهداشتی الزامی است.
- ۵- پایش و نظارت مداوم و مستمر به منظور تبادل به موقع داده ها و اطلاعات مراقبت بیماری ها الزامی است.
- ۶- تیم آموزشی و پایش و ارزیابی مشترک بین سازمانی و دستگاهی با حضور آموزش و پرورش و معاونت بهداشتی دانشگاه بر نحوه اجرای دستورالعمل نظارت نمایند.

۷. بازبینی، بازنگری و به روز رسانی دستورالعمل اجرایی کنترل و پیشگیری بیماری‌های تنفسی واگیر در صورت لزوم، با همکاری مشترک آموزش و پرورش و معاونت بهداشت وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، انجام خواهد شد.

۸. توصیه ها و پیام های بهداشتی:

- برای آگاهی از راه‌های پیشگیری و آخرین وضعیت بیماری کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹، فقط به اطلاعیه‌ها و پیام‌های وزارت بهداشت کشور توجه کنید.
- به اطلاعاتی که توسط منابع غیر موثق در خصوص گسترش بیماری کورونا ویروس جدید ۲۰۱۹ از طریق فضای مجازی منتشر می شود اعتماد نکنید.
- در کشور چین کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹ از طریق حیوان به انسان و سپس از انسان به انسان منتقل شده است.
- میزان کشندگی بیماری کورونا ویروس جدید چین بسیار کم است.
- سالمندان و افراد دارای نقص سیستم ایمنی، گروه‌های پرخطر بیماری کورونا ویروس جدید ۲۰۱۹ هستند.
- سردرد، تب و مشکلات تنفسی نظیر سرفه، آبریزش از بینی، و تنگی نفس از علائم بیماری کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹ هستند.
- بیماری کرونا ویروس جدید ۲۰۱۹ قابل درمان است.
- از دست دادن و روبوسی کردن با افراد دارای علائم تنفسی (سرفه، عطسه و...) خودداری کنید.
- دهان و بینی خود را هنگام سرفه و عطسه با دستمال (ترجیحا) و یا قسمت بالای آستین بپوشانید.
- به طور مداوم و در هر زمان ممکن اقدام به شست و شوی کامل دست ها ترجیحا با آب و صابون کنید.
- مدت شست و شوی دست ها حداقل به اندازه ۲۰ ثانیه باشد و تمامی قسمت های دست (انگشت شست، کف دست و مچ دست) شسته شود.
- در صورت عدم دسترسی به آب، از ژل های ضدعفونی کننده با پایه الکل که نیاز به شستشو با آب ندارند، برای شستن دست استفاده کنید.

- از رها کردن دستمال کاغذی های مصرف شده در محیط خودداری کنید.
- از تماس دست آلوده به چشم، بینی و دهان خود بپرهیزید.
- دستمال استفاده شده برای پوشاندن دهان و بینی در حین عطسه یا سرفه را داخل کیسه پلاستیکی انداخته و در کیسه را ببندید و سپس در سطل زباله بیندازید.
- توصیه می شود از تماس با حیوانات اهلی/ وحشی خودداری کنید.
- از خوردن مواد غذایی نیم پز خودداری کنید.
- در صورت داشتن علائم تنفسی (شبیه آنفلوانزا)، ضمن رعایت اصول حفاظت فردی (استفاده از ماسک) به نزدیک ترین مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.
- از افرادی که دارای علائم تنفسی مانند سرفه و عطسه هستند حداقل ۱ متر فاصله بگیرید.
- در روزهای اول بیماری تنفسی، ضمن استراحت در منزل، از حضور در اماکن پرتردد، پرهیز کنید.
- در صورت داشتن علائم شبیه آنفلوانزا، با آب و نمک، دهان خود را شستشو دهید.
- در مکان های شلوغ و در زمان استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی، از دست زدن به چشم و دهان خود و سطوح عمومی خودداری کنید.

تذکر مهم:

بدون اخذ تأییدیه از ستاد مرکزی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و وزارت آموزش و پرورش و نیز هماهنگی با مدیریت ارشد استان (استانداری)، هیچ گونه اقدامی در زمینه تعطیلی اماکن آموزشی نباید انجام پذیرد.