

آشنایی با بیماری کرونا ویروس (کووید 19)



بیمارستان آموزشی درمانی امام سجاد (ع)
واحد آموزش پرستاری زمستان 1398

مقدمه:

ویروس جدید کرونا یک ویروس جدید تنفسی است که اولین بار در شهر ووهان Wuhan ، استان هوبی Hubei در کشور چین شناسایی شد . این ویروس متعلق به گروهی بزرگ از خانواده کروناویروس ها می باشد که با ایجاد بیماری های مرتبط با سرماخوردگی عامل عفونت میان حیوانات و انسان ها هست. شدت عفونت ایجاد شده می تواند از یک نوع سرما خوردگی ساده رایج تا انواع بسیارحاد متغیر باشد.بیماری کرونا درحال حاضر در بیشتر افراد به صورت خفیف تا متوسط دیده می شود،اما درگروه های پرخطر به فرم شدید و حتی منجر به مرگ و میر نیز می گردد.

کرونا ویروس می تواند در هر سنی ایجاد بیماری کند اما توان ایجاد بیماری حاد و مرگ و میر در میان افراد مسن بیشتر می باشد. افراد با بیماری زمینه ای خاص نیز در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

علائم بیماری:

علائمی که تاکنون در خصوص این بیماری گزارش شده شامل بیماری تنفسی خفیف تا شدید مشابه علایم سرماخوردگی است . علائم اصلی بیماری تنفسی خفیف تب و سرفه است و در فرم شدید بیماری علاوه بر تب و سرفه ،دشواری تنفس (تنگی نفس)مشابه ذات الریه نیز دیده میشود . علائمی مانند اسهال و استفراغ نیز مشاهده شده است.در افراد مسن تر مشکلات تنفسی جدی تر از جمله تشدید نارسایی احتقانی قلب یا تغییر سطح هوشیاری نیز از علائم می باشد.



این پوستر را در مکان‌های پر تردد و مراکز درمانی و آموزشی پخش کنید

علائم بیماری کرونا

سردرد سرفه تب گلو درد ضعف بدن

راه حل برای پیشگیری از بیماری

استفاده از ماسک در مکان های عمومی



از دست دادن و بغل کردن خودداری کنید



با دست آلوده چشمان خود را نمالید



دستان خود را مرتب با صابون بشوئید



از خوردن غذاهای خیابانی خودداری کنید



بدون دستکش به حیوانات دست نزنید



استفاده از حوله شخصی و حفظ فاصله حوله ها با هم



مرتب موبایل خود را تمیز کنید



هنگام عطسه و سرفه با دستمال کاغذی جلوی دهان و بینی گرفته شود و در صورتی که در دسترس نباشد در آرنج خود عطسه و سرفه کنید



آرشیواری
سوپروایزر آموزش
زمستان ۱۳۹۸

نحوه انتقال:

احتمالاً ویروس در ابتدا از یک منبع حیوانی در چین منتقل شده باشد ولی هم اکنون انتقال آن بصورت انسان به انسان صورت می گیرد.

راه های پیشگیری:

در حال حاضر مانند ویروس های سرماخوردگی ، واکسنی برای پیشگیری از این بیماری وجود ندارد .بهترین راه پیشگیری، خودداری از تماس با ویروس یعنی تماس نزدیک با افرادی است که علائم سرماخوردگی دارند و یا دارای سابقه سفر به چین در دو هفته گذشته هستند.

توصیه های وزارت بهداشت جهت پیشگیری از انتشار بیماری کرونا
شستشوی مکرر و صحیح دستها با آب و صابون بمدت 30 تا 40 ثانیه بخصوص بعد از رفتن به دستشویی، پیش از غذا خوردن، بعد از تمیز کردن بینی، عطسه و سرفه (در درون دستها)
اگر آب و صابون براحتی در دسترس نیست ، از محلول هایی با پایه الکلی ضد عفونی و یا ژل های ضد عفونی کننده دست استفاده کنید .البته اگر دستها بوضوح کثیف هستند ، همواره از آب و صابون استفاده نمایید.
از تماس دستهای شسته نشده با چشم ها، بینی و دهان خودداری کنید.
از تماس نزدیک با افرادی که علائم سرماخوردگی دارند، خودداری نمایید(حفظ فاصله حداقل یک تا دو متر، خودداری از روبوسی، در آغوش گرفتن و دست دادن) در صورت داشتن علائم سرماخوردگی در منزل استراحت کنید.
در صورت داشتن علائم شبیه آنفولانزا، با آب و نمک دهان خود را شستشو دهید.
هنگام عطسه و سرفه ، دهان و بینی خود را با هر وسیله ممکن بپوشانید(دستمال کاغذی، آستین لباس یا ماسک جراحی معمولی) این عمل مانع پرتاب قطرات آلوده بر روی صورت سایر افراد یا سطوح و آلودگی آنها میشود و چرخه انتقال بیماری را قطع میکند .بعد از استفاده از ماسک یا دستمال آنها را در کیسه نایلون انداخته، درب کیسه را گره زده و در سطل زباله بیندازید.
سطوح و اشیایی را که در معرض تماس مکرر با دستها هستند(مانند دستگیره ها) را با استفاده از اسپری ها یا پارچه های آغشته به مواد ضد عفونی کننده(برای سطوح مقاوم وایتکس و برای سطوح حساس الکل 30 درجه) بصورت مکرر تمیز و ضد عفونی کنید.
هنگام بازدید از بازارهای حیوانات زنده در مناطقی که در حال حاضر موارد ابتلا به کرونا ویروس گزارش شده است، از تماس مستقیم محافظت نشده با حیوانات زنده و سطوح در تماس با حیوانات خودداری کنید.
از مصرف محصولات حیوانی خام یا پخته نشده اجتناب کنید .گوشت خام، شیر یا اندامهای حیوانی خام باید با احتیاط نگهداری شوند تا از تماس آنها با غذاهای پخته شده و آلودگی غذا جلوگیری شود.
تخته گوشت و چاقوی مورد استفاده برای گوشت خام جدا از تخته گوشت و چاقوی مورد استفاده برای مواد غذایی پخته شده باشد.
دستهای خود را در فواصل مابین لمس مواد غذایی خام و مواد غذایی پخته شده بشویید.

در هنگام سفر، فقط غذاهایی که خوب پخته شده را بخورید.
از تماس با حیوانات اهلی بیمار یا بردن آنها با خود پرهیز نمایید



درمان بیماری:

در حال حاضر هیچ نوع داروی ضد ویروس اختصاصی برای کوروناویروس جدید وجود ندارد. باتوجه به آنکه در حال حاضر از هر ده بیمار مبتلا نه نفر دچار علائم خفیف در حد سرماخوردگی میشوند(عمدتاً تب و سرفه بعنوان علائم اصلی باضافه علائم فرعی نظیر آبریزش، سردرد، احساس خستگی یا کوفتگی) افرادی که مبتلا به این بیماری شده اند باید از درمان های حمایتی و علامتی استفاده کنند(استراحت در منزل، مصرف مایعات فراوان نظیر سوپ و آب مرکبات، و مسکن های تب بر) در موارد شدید بیماری که نیاز به بیمارستان دارند) علاوه بر تب و سرفه علائم دشواری تنفس نظیر تنگی نفس نیز به علائم اضافه میشود (درمانها توسط کادر درمانی در بیمارستان انجام می شود.



اصول پیشگیری از بیماری کرونا

دستها را به صورت مکرر و صحیح با آب و صابون یا محلول های برپایه الکلی ضد عفونی دست و یا ژل های ضد عفونی کننده بمدت 20 تا 30 ثانیه بشوئید
از تماس دستهای شسته نشده با چشم ها، بینی و دهان خودداری نمایید

هنگام عطسه و سرفه ، دهان و بینی خود را با دستمال بپوشانید و سپس دستمال را در کیسه نایلون انداخته، درب کیسه را
گره زده و در سطل زباله بیندازید
از تماس نزدیک با افراد بیمار خودداری کنید

سطوح و اشیایی را که در معرض تماس مکرر با دستها هستند (مانند دستگیره ها) را با استفاده از اسپری ها یا پارچه
های آغشته به مواد ضد عفونی کننده ، ضد عفونی نمایید.
در صورت داشتن علائم سرماخوردگی در منزل استراحت کنید





علائم بیماری کرونا

سر درد

سرفه

تب

گلو درد

ضعف بدن

راه حل برای پیشگیری از بیماری



استفاده از ماسک در مکان های عمومی



از دست دادن و بغل کردن خودداری کنید



با دست آلوده چشمان خود را نمالید



دستان خود را مرتب با صابون بشوئید



از خوردن غذاهای خیابانی خودداری کنید



بدون دستکش به حیوانات دست نزنید



استفاده از حوله شخصی و حفظ فاصله حوله ها با هم



موبایل خود را تمیز کنید



هنگام عطسه و سرفه با دستمال کتان جلوی دهان و بینی گرفته شود و در جیبی که تر نشیند یا در آرنج خود عطسه و سرفه کند

واحد آموزشی و تفریحی

تعریف:

ویروس های خانواده کرونا می توانند طیفی از بیماری ها از سرما خوردگی تا انواع شدید بیماری های تنفسی و در نهایت مرگ را متجرب شوند و واکسن ندارد.

علامت: تب، سرفه، سردرد، تنگی نفس، شایع ترین علامت کرونا می باشند و در موارد شدید تر از کار افتادن کلیه و چندین مورد دیگر و در نهایت مرگ را متجرب می شوند.

اقدامات پیشگیری کننده: دست های خود را با آب و صابون یا ژل ضد عفونی کننده تمیز کنید (بعد از صرفه و عطسه، هنگام مراقبت از بیمار، قبل و حین و بعد از آماده کردن غذا، قبل از خوردن خوراکی بعد از استفاده از سرویس بهداشتی، هنگامی که کثیفی دستتان به وضوح دیده می شود، بعد از حمل فضولات و لمس حیوانات).

هنگام عطسه و سرفه بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانید، سپس دستمال را در کیسه زباله انداخته و در کیسه را گره بزنید.

(تماس مستقیم با مخازن حیوانی بیمار) در صورتی وجود عفونت کرونای ویروسی جدید در حیوان قطعی شده باشد این کشورهایی که، کرونای ویروس جدید دارای مخزن حیوانی باشد یا ابتلا انسان در اثر انتقال zoonotic محرز شده باشد)



تخت های بیماران حداقل یک متر از هم فاصله داشته باشد.

اگر امکان دارد کادر درمانی که از بیمار کرونا ویروس مراقبت می نمایند، از مراقبت سایر بیماران معاف شوند، تا از انتقال عفونت از بیمار مشکوک به سایر بیماران (در صورت خطای احتمالی ناخواسته در کنترل عفونت) جلوگیری شود.

در صورت احتمال آلودگی دست ها، از لمس چشم، بینی و دهان خودداری شود.

از ماسک طبی استفاده شود.

از محافظ چشم و صورت استفاده شود (عینک، محافظ صورت و)...

از گان آستین بلند غیر استریل تمیز و ضدآب استفاده شود (ضرورتی بر استریل بودن گان نیست و تمیز بودن کفایت می نماید).

از دستکش استفاده شود.

وسایلی که برای بیمار استفاده می شود (دستگاه فشار خون، استتوسکوپ، ...)، انحصاری برای خود بیمار باشد. در صورتی که لازم است وسیله ای برای بیماران دیگر نیز استفاده شود، باید تمیز و ضد عفونی (الکل اتیل) 70% شود.



کارکنانی که در زمان انجام اقدامات تولید آئروسل در اتاق حضور دارند باید به موارد ذیل توجه نمایند:

از ماسک N95 مورد تایید اروپا با سایز مناسب صورت خود استفاده نمایند و حتما بعد از پوشیدن ماسک از عدم نشت هوا با انجام مانور (seal-check یا fit test) مطمئن شوند. ریش های بلند بدلیل ممانعت در fit شدن ماسک، می تواند کارایی ماسک را کاهش دهد.

محافظت از چشم ها (پوشیدن عینک یا محافظ صورت) گان و دستکش بلند تمیز (غیر استریل) پوشیده شوند.

اگر گان مقاوم در برابر مایعات (ضدآب) نیست، در زمان انجام اقداماتی که امکان تماس با حجم فراوانی از ترشحات بدن وجود دارد، از یک آپرون ضدآب بر روی گان استفاده شود. اقدامات احتیاطی بیشتر (تماسی، قطره ای)

الف - احتیاطات تماسی و قطره ای در تماس با مورد مشکوک کرونای ویروس جدید

علاوه بر احتیاطات استاندارد، همه افراد اعم از اعضای خانواده، ملاقات کنندگان با بیمار و کادر بهداشتی درمانی بیمارستان برای تماس با بیمار مشکوک به کرونای ویروس جدید باید احتیاطات تماسی و قطره ای را رعایت نمایند.

بیمار در یک اتاق انفرادی با تهویه مناسب بستری شود. اتاق های بخش های عمومی که تهویه طبیعی دارند باید هوای اتاق 160 لیتر در هر ثانیه به ازاء هر بیمار تهویه شود.



وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی
انبار تجهیزات و مواد
پارک علم و فناوری

کرونا ویروس

کوید ۱۹



تهیه کننده گان:

زینب عالی منش (کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی)

فاطمه حسن زاده (سرپرستار بخش ICU)

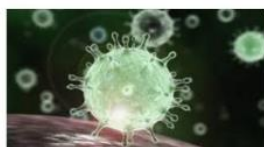
با نظارت: آسیه مکاری (سوپر وایزر آموزشی)

زمستان ۱۳۹۸

برای پیشگیری از تماس مستقیم و غیر مستقیم با ترشحات عفونی باید احتیاطات قطره ای و تماسی رعایت شود (به عنوان مثال پر هیز از تماس با ماسک اکسیژن بیمار، در هنگام ورود به اتاق بیماران مشکوک به کرونای ویروس باید از ماسک، دستکش، عینک و گان استفاده نمود. در صورت امکان از وسایل معاینه و طبی یکبار مصرف و انحصاری برای بیمار استفاده شود و در صورتی که ضرورت شود که وسیله مورد نظر برای سایر بیماران نیز استفاده شود باید تمیز و ضد عفونی شود. کادر درمان باید از لمس چشم و بینی و دهان با دست آلوده به ویژه با دستکش آلوده خودداری نمایند. از آلوده نمودن سطوحی که در تماس مستقیم با بیمار نیستند مانند کلید برق، دستگیره اتاق و ... خودداری شود. اتاق باید تهویه مناسب داشته باشد. از جابجایی خروج بیمار از اتاق باید خودداری نمود مگر ضرورت بالینی ایجاد شود. بهداشت دست باید مورد تاکید باشد.

درمان های اختصاصی ضد کرونای ویروس و تحقیقات بالینی

• در حال حاضر تحقیق بالینی تصادفی مناسبی برای انتخاب درمان ضد ویروس اختصاصی برای این کرونای ویروس جدید وجود ندارد. درمان های بدون تاییدیه تنها در قالب تحقیقات دارای مجوز حقوقی و پایش بالینی شدید سختگیرانه و بر اساس چهارچوب "پایش استفاده اضطراری از مداخلات بدون تاییدیه" انجام شود



از تماس نزدیک با افرادی که علامت سرماخوردگی و آنفلوآنزا دارند خودداری کنید

گوشت و مرغ و تخم مرغ را کاملاً بپزید

از تماس مستقیم و محافظت نشده با حیوانات خودداری کنید.

تهویه هوای مکانهای شلوغ و محل کار خود را پنجره ای قرار دهید که هوای تازه جایگزین هوای محبوس شده شود.

از حضوری مورد در مکان های شلوغ خودداری کنید.

اگر در خانواده فردی دچار کرونا شد چه کار کنیم؟

فقط افرادی در خانه باشند که حضورشان برای مراقبت از بیمار ضروری است.

سایر اعضای خانواده باید در خانه یا محل دیگری بمانند

اگر امکان پذیر نبود در اتاق دیگری بمانند

بازدید کنندگان را محدود کنید

افراد سالخورده، مبتلا به بیماری مزمن قلب، ریه، کلیه و دیابت را از بیمار دور نگه دارید.

زمانی که اتاق انفرادی در دسترس نیست، می توان بیماران مشکوک به کرونا ویروس را در یک اتاق در کنار هم با رعایت احتیاطات استاندارد به صورت کو هورت بستری نمود.





