راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس)

فاصله گذاری اجتماعی در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی

معاونت بهداشت
نسخه دوم - فروردین ۱۳۹۹
کد: ۳۰۶/۱۴۸/۳۰۶
فهرست

۱- مقدمه................................................................................................................................. ۲

۲- دانش کاربرد.......................................................................................................................... ۲

۲- فاصله‌گذاری اجتماعی.................................................................................................................. ۴

۴- غربال‌گیری، مرافقت و بازتوانی................................................................................................ ۴

۴- غربال‌گیری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹.................................................................................. ۱

۴- مرافقت از گروه‌های آسیب‌پذیر................................................................................................ ۲

۴- بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹................................................................................. ۳

۵- بهداشت و حفاظت فردی............................................................................................................. ۳

۶- بهداشت موادغذایی (درصورت وجود بوفه یا هرگونه محل عرضه موادغذایی).................... ۴

۶- بهداشت ایزارد و تجهیزات......................................................................................................... ۴

۷- بهداشت ساختمان.................................................................................................................... ۴

۷- اقدامات سایر.......................................................................................................................... ۵

۹- اقدامات تخصصی کار در آزمایشگاه...................................................................................... ۵

۱۰- کنترل‌های مهندسی................................................................................................................ ۸

۱۰- کنترل های مدیریتی................................................................................................................ ۸

۱۱- روش‌های کاری اسمین.......................................................... ۸

۱۱- وسایل حفاظت فردی.............................................................................................................. ۸

۱۱- آموزش بهداشت....................................................................................................................... ۹

۱۴- پیوست ۱: فرم خودداره‌ای فرد جهت بازگشت به کار/تحصیل..................................................... ۹

۱۴- پیوست ۲: روش درست شستشوی دست‌ها.......................................................... ۹

۱۴- پیوست ۳: پوشیدن و درآوردن تجهیزات حفاظت فردی.................................................. ۱۰

۱۷- مرحله‌های پوشیدن وسایل حفاظت فردی (PPE) توصیه‌شده............................................ ۱۰

۱۷- مرحله‌های درآوردن وسایل حفاظت فردی (PPE) توصیه‌شده............................................ ۱۰

۲۲- پیوست ۴: گنبد‌های سطح........................................................................................................... ۱۰

۲۵- جدول ۱- راهنمای غفلت و مصرف هیپوکلریت سدیم.............................................................. ۱۱

۲۵- جدول ۱- راهنمای تهیه مواد گندزنده................................................................................ ۱۱

پیوست ۵: نکات مهم در پیشگیری از کرونا و بروس............................................................ ۱۱
مقدمه

شناسایی راه‌های انتقال عامل ایجاد کننده بیماری نقش مهمی در کنترل آن دارد. راه‌های انتقال این ویروس هنوز به‌طور دقیق مشخص نشده است ولی به عنوان یک اصل کلی ویروس‌های تنفسی به‌طور عمده از طریق ریز قطرات یا از طریق سرفه، عطسه و لمس اشیاء آلوده منتقل می‌گردند. بر اساس دانسته‌های کنونی این بیماری از یک طرف می‌تواند تب شدید با علائم همچون ریه و سرفه، تب، سیاهچاله‌ای که مد نظر برای بررسی در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی در مورد شدیدتر ممکن است منجر به ذات‌الریه، نارسایی کلیه و مرگ گردد. درصد مرگ ناشی از این بیماری هنوز به‌طور دقیق مشخص نشده است.

با عنايت به آخرین اطلاعات، انتقال ویروس کرونا از انسان به انسان به‌طور منطقی سرفه، عطسه، تخلیه، نسخه درب، صندلی، دوش‌های، برق و کلیدهای برق و کلیه وسایلی است که به‌طور عمومی و مشترک استفاده می‌شود شامل اسکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و نظایر آن. بنابراین حائز اهمیت است پس از تماس با هر فرد با اشياء مشکوک دست و صورت با آب و صابون شستشو گردد.

دامنه کاربرد

این راهنما برای آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی ارائه شده است. در این سند، راهنماي عمومي و اولیه ی راه‌رسی آزمایشگاه‌های که به صورت بالقوه در مواجهه با ویروس کرونا قرار دارند و همچنین آزمایشگاه‌های که نمونه‌های بالینی بیماران مشکوک/قطعی ابتلا به کرونا یا نمونه‌های ویروس کرونا را به عنوان با کار کاربرد و توصیه ای انجام می‌دهد ارائه می‌کند.

فاصله‌گذاری اجتماعی

فاصله‌گذاری به مجموعه تدابیر و اقداماتی اطلاق می‌شود که منجر به رعایت حداقل فاصله ایمن افراد و به حداقل رساندن نیاز به خود افراد در این راستا لازم است. موارد زیر رعایت شود:

- نحوه نوبت دهنده به بیماران به گونه‌ای مدیریت گردد که حداقل افراد در این نظر حضور باشد.
- بطوریکه فاصله حداقل یک مت بین افراد رعایت گردد.

نوتین دهته قانونی به صورت تلفنی و یا اینترنتی صورت گیرد.

۲
فعالیت فیزیکی مناسب هنگام شرح حال گرفتن از بیمار، رعایت گردید (حداقل یک متر).
• در هنگام صحبت کردن با بیمار و همراه بیمار، فاصله حداقل یک متر رعایت شود.
• وسایل غیر ضروری در اتاق انتظار و سایر قسمت هایی که افراد بیمار در رفت و آمد هستند به حداقل برسد. آماده سازی محیط کار و تغییر شرایط و محیط کار بصورة که برای انجام کار فاصله ایمن (1 تا 2 متر) و بیشترین فاصله ممکن بین افراد در هنگام کار وجود داشته باشد.
• کاهش مواجهه چهره به چهره کارکنان و استفاده حداکثری از تلفن، شبکه‌های اجتماعی و بندو کنفرانس بر گزاری جلسات حتی برای کارگاه‌های که در داخل یک ساختمان کار می‌کنند.
• درصورتی که مواجهه چهره به چهره ناگزیر باشد حداقل زمان ممکن و حداقل فاصله (1 تا 2 متر) رعایت گردد.
• اجتناب از ماموریت‌ها و مسافرت‌های غیرضروری و به‌تعویق اخذ‌دندهای آموزشی و کارگاهی.
• اجتناب از تجمع در اتاق کار، آبادارخانه، اتاق کیپ و هر جایی که کارکنان می‌توانند تجمع نمایند.
• اطلاع‌رسانی روش‌های انجام غیر حضوری درخواست‌های ها به مشتریان و تشویق مراجعین به عدم حضور ویژیکی و انجام درخواست‌ها بطور اینترنتی، تلفنی.
• افزایش فاصله بین شاغلین و مراجعه کنندگان
• به منظور عدم تجمع شاغلین، درصورت امکان برناهای زیر به منظور تقسیم کار در شیفت‌ها و ساعت‌های قابل تغییر انجام شود. به‌طور مثال تقسیم شاغلین در تعداد شیفت‌های کاری به‌طوری که در هر شیفت حداکثر شاغلین حضور داشته باشند.
• سطوح مشترک از جمله حسگر اثر انگشت ورود و خروج حذف شود و تمهیدات دیگر ازجمله تشخیص چهره جایگزین شود.
• زمان‌های استراحتی که از تجمع افراد جلوگیری شود.
• مراجعه کنندگان نیز ضمن رعایت فاصله با افراد دیگر، از دستکش و ماسک نیز در طول زمان حضور استفاده کنند.
• کلیه شاغلین هر قسمت فقط در قسمت های خود مشغول انجام وظیفه باشند و از تردد بی‌مورد در زمان کاری خودداری نمایند.
• درصورت استفاده از اتوبوس و مینی‌بوس جهت حضور یاب از کارکنان حتی باید تعداد شاغلین هایین وسایل نقلیه کمتر از 50 درصد ظرفیت اسمی وسایل نقلیه باشد و درصورت استفاده از خودروی سواری با احتساب رانندگان نیز در طول زمان حضور وسایل نقلیه از سه نفر بیشتر باشد.
راهنمای گام دوم مبارزه با کرونا ویروس-19 (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و ازامات سلامت می‌تواند به بهبود میزان بهداشت و سلامت سطحی مثبت و کار در آزمایشگاه‌ها و مراکز پزشکی و تحقیقاتی باشد.

به هدایای رساندن استفاده از کاغذ به منظور جلوگیری از انتشار احتمالی بیماری، استفاده از کارت به جای پول و اسکناس و رعایت بهداشت (نگهداری از دستکش بهداشتی) می‌تواند کمک کند.

• شاغلی که در جابجاپی مراکز پزشکی و کار، دارای احتمال آلودگی بیماری کرونا دردسرساز است. همچنین به این ترتیب که در جابجاپی مراکز پزشکی و کار، شاغلی که دارای احتمال آلودگی بیماری کرونا دردسرساز است.

• اصول سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیصی و تحقیقاتی می‌تواند به بهبود سلامت و بهداشت شاغلی کمک کند.

• انتداز تغییراتی برای کاهش تجمع پرسنل در سالن‌ها و محیط‌های خاص مثل اتاق ریاضی، نگهبانی غذاخوری، سرویس‌های بهداشتی و تغییراتی در شرایط کاری.

غربالگری، مراقبت و بذل‌فرآیند

۱. غربالگری شاغلی‌ها در همه‌گیری کرونا-19

لازم است براساس طرح فصل‌های اجتماعی، پیش از ورود به محل کار، فعالیت‌های زیر انجام پذیرد:

۱- همه موظف هستند در بدو ورود به محل کار، تحصیل شرایطی برای مثبت یا منفی بر عدم وقوع علائم تنفسی.

۲- بررسی روزانه علائم شاغلی‌ها: نماینده کارفرما/ مدیر/ کارشناس بهداشتی مراکز بهداشتی/ کارشناس HSE صنعت شاغلی‌ها را به صورت تصادفی و روزانه، تا پایان همه‌گیری، از حیث علائم تنگی نفس و سایر علائم تنفسی مرتب با ویروس-19 مشابه، به‌ویژه به‌نام‌های سالماتی salamat.gov.ir تهیه و منتشر کرد. همچنین گزارش‌های پیش‌بینی شده، ممکن است بر اساس شرایط سلامت نیاز به قرنطینه خانگی وجود داشته. فرد از ورود به محل کار با تحصیل علائمی کرونا/ کارفرما/ مدیر را مطلع نماید. در غیر این صورت کارفرما/ مدیر از ورود پیمان به محل کار/ تحصیل جلوگیری نماید.

۲. مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر

دو گروه زیر با گواهی پزشک معمول به عنوان افرادی که در معرض ابتلا به بیماری کرونا-19 عارضه دار قرار دارند، در نظر گرفته شده است:

- گروه الف - بیماران با بیماری زمینه‌ای
  • بیمارانی که به دلیل عواملی مانند فشارخون، دیابت، یا بیماری‌های تنفسی، ضربه چاهی یا زمینه‌ای دارند.

- گروه ب - بیماران با بیماری قلبی- عروقی
  • بیمارانی که به دلیل عواملی مانند فشارخون، دیابت، یا بیماری‌های تنفسی، ضربه چاهی یا زمینه‌ای دارند.

بهره‌وری، درمان و انتقال:

• به‌منظور کاهش استفاده از کاغذ، به‌منظور جلوگیری از انتشار احتمالی بیماری، استفاده از کارت به جای پول و اسکناس و رعایت بهداشت (نگهداری از دستکش بهداشتی) می‌تواند کمک کند.

• اصول سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیصی و تحقیقاتی می‌تواند به بهبود سلامت و بهداشت شاغلی کمک کند.

• انتداز تغییراتی برای کاهش تجمع پرسنل در سالن‌ها و محیط‌های خاص مثل اتاق ریاضی، نگهبانی غذاخوری، سرویس‌های بهداشتی و تغییراتی در شرایط کاری.

غربالگری، مراقبت و بذل‌فرآیند

۱. غربالگری شاغلی‌ها در همه‌گیری کرونا-19

لازم است براساس طرح فصل‌های اجتماعی، پیش از ورود به محل کار، فعالیت‌های زیر انجام پذیرد:

۱- همه موظف هستند در بدو ورود به محل کار، تحصیل شرایطی برای مثبت یا منفی بر عدم وقوع علائم تنفسی.

۲- بررسی روزانه علائم شاغلی‌ها: نماینده کارفرما/ مدیر/ کارشناس بهداشتی/ کارشناس HSE صنعت شاغلی‌ها را به صورت تصادفی و روزانه، تا پایان همه‌گیری، از حیث علایم تنگی نفس و سایر علائم تنفسی مرتب با ویروس-19 مشابه، به‌ویژه به‌نام‌های سالماتی salamat.gov.ir تهیه و منتشر کرد. همچنین گزارش‌های پیش‌بینی شده، ممکن است بر اساس شرایط سلامت نیاز به قرنطینه خانگی وجود داشته. فرد از ورود به محل کار با تحصیل علائمی کرونا/ کارفرما/ مدیر را مطلع نماید. در غیر این صورت کارفرما/ مدیر از ورود پیمان به محل کار/ تحصیل جلوگیری نماید.

۲. مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر

دو گروه زیر با گواهی پزشک معمول به عنوان افرادی که در معرض ابتلا به بیماری کرونا-19 عارضه دار قرار دارند، در نظر گرفته شده است:

- گروه الف - بیماران با بیماری زمینه‌ای
  • بیمارانی که به دلیل عواملی مانند فشارخون، دیابت، یا بیماری‌های تنفسی، ضربه چاهی یا زمینه‌ای دارند.

- گروه ب - بیماران با بیماری قلبی- عروقی
  • بیمارانی که به دلیل عواملی مانند فشارخون، دیابت، یا بیماری‌های تنفسی، ضربه چاهی یا زمینه‌ای دارند.

بهره‌وری، درمان و انتقال:

• به‌منظور کاهش استفاده از کاغذ، به‌منظور جلوگیری از انتشار احتمالی بیماری، استفاده از کارت به جای پول و اسکناس و رعایت بهداشت (نگهداری از دستکش بهداشتی) می‌تواند کمک کند.

• اصول سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیصی و تحقیقاتی می‌تواند به بهبود سلامت و بهداشت شاغلی کمک کند.

• انتداز تغییراتی برای کاهش تجمع پرسنل در سالن‌ها و محیط‌های خاص مثل اتاق ریاضی، نگهبانی غذاخوری، سرویس‌های بهداشتی و تغییراتی در شرایط کاری.
اصلاحات بهداشت

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-19 (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و ارایات سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحلیلی

BMI > 40

گروه ب- بیماران با تقصیمی

- تحت درمان با کورتیکو استروئید بیش از 1/5mg پرندینوپون در روز بیش از ۲ دو هفته
- شیمی درمانی
- بدختی ها
- پیوند اعضا

3. بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-19

تمامی شاغلین با احتمال ابتلا به بیماری کووید-19 با لازم است پس از طی دوران درمان و ناهمواری، جهت بازگشت به کار برای پرسنل از وزارت بهداشت مورد ارزیابی قرار گیرند. ابتلا به کووید-19 ابلاغی از وزارت بهداشت مورد ارزیابی قرار گیرد و وضعیت شاغل برای بازگشت به کار مورد ارزیابی پزشکی قرار گیرد.

اقدامات کنترلی سلامت محیط و کار

1. بهداشت و حفاظت فردی

- از دست دادن و روبوی کردن با یکدیگر پرهیز کنید;
- شستن مرتب دست‌ها با چربی و صابون و یا استفاده از مواد ضد عفونی‌کننده بر پایه الکل;
- پرسنل خدماتی باید بعد از انجام گندزدایی بلافاصله دست‌ها را با چربی و صابون شسته و یا با ماده ضد عفونی کننده بر پایه الکل تمیز کنند;
- فعالیت‌های خارج از منزل را تا حد امکان محدود نموده و از حضور در مکان‌های عمومی و شلوغ پرهیز کنید;
- از خوردن غذا در محیط‌های عمومی و همجنین خوردن غذاهای آماده تا حد امکان اجتناب کرده و از مواد غذایی به صورت کاملاً خورده استفاده نکنید;
- درصورت مشاهده علائم سرماخوردگی استراحت کرده و از ماسک با نحوه صحیح استفاده کنید و درصورت شدت گرفتن علایم به مقصد درمانی مراجعه نمایید;
- درصورت مواجهه با افراد بیمار، تا زمان رسیدن آمبولانس با انتقال به مرکز درمانی، حتی امکان‌در

یک مکان جدا از سایرین نگه داشته شوند.
بداشت موادغذایی (در صورت وجود بوفه با هر گونه محل عرضه موادغذایی)

- سرو نمک، فلفل، سماق، شکر، قند و آب آشامیدنی ترجیحاً در بسته بندی های یکبار مصرف انجام گیرد.

- مواد غذایی در سلف سرویس ها قبل از سرو باید دارای پوشش بهداشتی باشند.

- در صورت وجود بوفه، استفاده از ظروف یکبار مصرف مناسب ضروری است.

- مواد غذایی در بسته بندي های انفرادی عرضه شود.

- از عرضه مواد غذایی آماده به مصرف و خطر ناک از اتصال انواع غذا آماده نظیر ساندویچ، سیب زمینی، و تخم مرغ آب یز و تقویت آن در سلف سرویس پایان گیرد.

- توزیع غذا برای باضابط بهداشتی انجام شود و منتصب توزیع غذا دارای وسایل حفاظت فردی باشند.

- آشیخانه ها و محل اطلاع غذا (در صورت وجود) موظفند پس از سرویس دهی کلیه ظروف طبخ و آماده سازی مواد غذایی، میزها، کلیه ظروف پذیرایی، لیوان، چینگال، کارد، بِشقاب و پارچ آب را تعویض و شستشو (در سه مرحله شستشوی نوری با آب گرم، گندزدایی و آب کشی) نمایند و برای سرویس دهی به افراد جدید از سرویس های جایگزین استفاده کنند.

- جنابان از پوشش یکبار مصرف برای میز غذاخوری استفاده می شود باید پس از هر بار استفاده تعویض گردد.

3. بهداشت ابزار و تجهیزات

- در نمازخانه ها استفاده از مهر و سجاده شخصی ضرورت کامل دارد و کلیه مهر و سجاده، چادر و عبا و حوله مشترک جمع آوری گردد.

- در صورت وجود رختنک و حمام، استفاده از وسایل بهداشتی شخصی ضروری است.
معاونت بهداشت

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-19 (کرونا ویروس) فارغ از نگردش و اعمال سلامت محتوی و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص تیپی و همبستگی

• کلیه دستگاه‌های آب سردکن و آب‌خور در طول هر ایجاد جریان، یا با یک دستگاه جریان با آن در نزدیکی نشون‌دهد

• وضعیت تهویه در مکان‌های سر به سر مناسب باشد به طوری که برای ایجاد جریان هوا باید با نیمه باشد و وضعیت تهویه به صورت گردش به داخل نباشد

• ترجیحاً در اتاق‌های اداری، سالن‌ها و فضاهای سر به سر به سطح‌های زبان‌های درب دار پدالی همراه با کیسه‌زباله استفاده شود

• وسایل نظافت پس از هربار استفاده گندزدایی شود

• کلیه تجهیزات از قبیل دستگاه‌ها، ابزار کار، کامپیوتر، تلفن، کیبورد، موس، بی‌سیم و مواردی نظیر آن در پایان شیفت کاری تمیز و گندزدایی شوند

6. بهداشت ساختمان

• استفاده از هواکش و باز گذاشتن درها و پنجره‌های سالن‌ها در تمام اوقات به ویژه در روز جهت برقراری هوا باید ضروری است

• تهویه مناسب محل‌های اقامت پرسنل، سالن‌های شاغلین و سرویس‌های بهداشتی به طور مستمر ضروری است

• سرویس‌های بهداشتی (حمام و توالت) به صورت مجزا گندزدایی شود

• قبل از کشیدن سیفون توالت فرنگی، درب آن را با می‌کرید تا میکروب‌ها در هوا پخش نشوند

• سطوح دارای تماس مشترک شامل دیوار، کف، درب‌ها، دستگاه‌های دره، میز و صندلی، شیر آلات، نرده‌های پله‌ها، تمیک، کمد، کابینت، گوشی‌های تلفن، و بی‌سیم، سطوح‌های کارخانه‌ها، خانه، خود پردازها، کفش‌کشها، کلید و پرده‌ها، وسایل عمومی و نظایر آن با دستمال تمیز، خشک و سپس گندزدایی شود

• نصب ظروف حاوی مواد ضد عفونی کننده دست‌ها با پایه نگهدارنده به تعداد مناسب در ورودی‌ها و خروجی‌ها

• گندزدایی مستمر محیط داخلی و تجهیزات مرتبط حداکثر روزی یکبار

• دسترسی به صابون مایع و دستمال کاغذی در طول ها و سرویس‌های بهداشتی

• توصیه می‌گردد شیر آب روشویی سرویس‌های بهداشتی، ترجیحاً از نوع پدالی، پایی و یا جوشی باشد
معاونت بهداشت

راهنمای گام دوم مبارزه با کرونا (کووید-19) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحلیلی

- دفع پسماند ها باید به شیوه بهداشتی در سطح های درب نماهای صورت پذیرد و کله پرسنل مسئول در خصوص جمع آوری و دفع پسماند رعایت تمامی ملاحظات بهداشتی (جمع آوری پسماند در کیسه های بلاستیکی محکم بدون درز و نشت) در آخر هر شیفت را در دستور کار قرار دهند;
- در محل های تجمع نظیر نمازخانه، گندزدایی در فواصل اقامه هر وعده نماز باید رعایت شود;
- هواي آسانسور باید تههوي مناسب داشته باشد و مرتباً گندزدایی شود;
- استفاده از هواکش در محیط های سر بسته، اتاق پرسنل و يا باز كننده ها ضروری است;
- آب خوری و آب سردکن ها به صورت موقت حذف گردد;
- استعمال دخانیات ممنوع گردد.

- ساختن دهكنه های اداری و واحدهای کاری می باستی مجهز به سیستم تهویه مطبوع و تهویه طبیعی باشد.
- نصب تابلوهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری های تنفسی به تعداد کافی در محل های مناسب و در معرض دید کارکنان;
- تامین تجهیزات حفاظت فردی (پیوست 3) و نظارت بر موجودی تجهیزات مواد نیاز از جمله دستکش، ماسک و زل ضد ضعوفات لباس کار، عینک، کفش کار و کلاه و کمر و پا و نظارت بر واحد شاغلین و نظارت بر نحوه نگهداری و استفاده صحیح آنها کارکنان بخش حمل و نقل و بارگیری از تامین مستقیم دست دادن وسایل حفاظت فردی باید به نگهداری مناسب و در صورت به وجود آمدن افراد خودداری نمایند.

- الزام استفاده از وسایل حفاظت فردی (پیوست 1) شامل ماسک، دستکش، چچمه و لباس کار خاص که کننده کارکنان مناسب با نوع ریسک مواجهه شغلی با بیماران یا افراد مشکوک به کرونا آنها استفاده از وسایل حفاظت فردی مخصوص هر فرد (در زمان استفاده از انواع ماسک های تنفسی سعی شود به مشخص کردن هر ماسک با شماره یا نام این موارد به صورت خصوصی) انجام شود.

- استفاده از وسایل حفاظت فردی لازم از جمله دستکش و ماسک برای کارکنان نظافتچی و آبدارانه

- تامین جعبه با کیت کمک های اولیه شامل:
  - محلول های ضد عفونی کننده
  - دستمال های مرطوب و کاغذی
  - دستکش (پیکار مصری)
  - جسب زخم

8
راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-19 (کرونا ویروس) فاصله اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی

Главه جاذب بزرگ

کیسه جمع‌آوری زباله‌های مخاطراتی بیولوژیکی

افرادی که از سرویس ایاب و ذهاب استفاده می‌کنند بهتر است ماسک داشته‌باشند.

عدم استفاده افراد بیمار و یا افرادی که دارای علائم تب، سرفه، تنگی نفس و یا سایر علائم شبیه سرماخوردگی هستند از وسایل حمل و نقل عمومی

5. سایر اقدامات

5-1. اقدامات شخصی کار در آزمایشگاه

1. آزمایشگاه‌ها باید به طور معمول شیوه‌های استاندارد آزمایش‌گاهی و اقدامات ایمنی و بهداشت را با کارکنان آزمایشگاه برسی کنند و در زمینه اجرای مناسب این دستورالعمل و اقدامات آموزش دهند و صلاحیت آنان را در این زمینه برسی کنند و مطمئن شوند که از این دستورالعمل ها به طور مداوم تبعیت می‌کنند.

2. پرسنل آزمایشگاهی که با نمونه‌های مشکوک/تأیید شده‌ای از کرونا ویروس کار می‌کنند، باید فوراً هرگونه مواجهه احتمالی یا قطعی با کرونا ویروس و همچنین ایجاد علائم ناشی از این ویروس را به سرپرست خود گزارش دهند.

3. آزمایشگاه‌ها باید برنامه‌های مناسبی برای جابجایی، نگهداری و حمل نمونه‌ها اجرا کنند و از پایبندی کلیه کارکنان آزمایشگاه به اجرای این برنامه‌ها اطمینان حاصل کنند.

4. آزمایشگاه‌ها باید اطمینان حاصل کنند که امکانات و اقدامات احتمالی آنها از نظر سطح ایمنی زیستی با ریزیک (BSL) 1، برای نور کار انجام شده (از جمله عوامل بیولوژیکی خاص مثل کرونا ویروس) در آزمایش‌های مطالعاتی دارد. افزایش سطح ایمنی زیستی شامل آموزش بیشتر کارگران، سطح بالاتری از کنترل نمونه‌ها و سایر منابع بیماری، افزایش حداکثری حمل و نقل هوایی و برق طراحی شده، و سایر حفاظت‌های فردی، درک کامل و سایر موارد کنترل دقیقتر است. به عنوان مثال در 2-BSL، 2-BSL به‌طور کامل در هنگام انجام کار و اجرای روز های کاری خاص در اتفاق نتیجه‌گیری شده است. در این‌جا ایمنی زیستی و دیگر تجهیزات آنالوگ، دسترسی به آزمایشگاه‌ها و سایر مناطق کاری کنترل شده محدود است.

5. علاوه به کنترل دسترسی به آزمایشگاه‌ها و مناطق کاری، کلیه کارها با مراقبت عفونی در انتقال‌های ایمنی زیستی 1 با سایر تجهیزات کنترل کننده آلودگی انجام می‌شود.

1) برای توضیحات بیشتر در این زمینه به پیوست در اختیار راهنما مراجعه نمایید.)
راهنما گام دوم مبارزه با کرونا (19کرونا ویروس) فاصله اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقی

6. افرادی که برای نمونه‌گیری از بیماران به بیمارستان‌های مراقبه‌گاهی می‌کنند و با بیماران مشکوک/تأیید شده کرونا ویروس تماس می‌پیدا می‌کنند، با استناد به پروتکل‌های ویژه برخورد با این بیماران تعیین نمایند.

7. سطوح محل‌های آزمایشگاه‌های کرونا ویروس کاملاً و موانعی که قبل‌تر توسط وزارت بهداشت ارائه شده است، با هیپوکلریت سدیم 5/0 درصد (5000ppm) 1 قسمت هیپوکلریت سدیم 5/0 درصد و 9 قسمت آب (گوندزدایی) گردند.

8. سایر سطوح آزمایشگاه‌های کرونا ویروس در برابر آلودگی با هیپوکلریت سدیم 05/0 درصد (5000ppm) 1 قسمت هیپوکلریت سدیم 5/0 درصد و 99/0 قسمت آب (گوندزدایی) شوند.

علاوه بر دستورالعمل عمومی پیشگیری و کنترل کرونا ویروس در محل کار، کارگران ارائه شده است، اقدامات کنترلی زیر برای کارگران آزمایشگاهی توصیه می‌شود:

5-2-1- کنترل های مهندسی

- برای هدایت رساندن حمایت از کارکنان، هر روز بیشتر کار را در یک اتاق کار می‌انجامد.
- در کلاس یک (BSC) یا آزمایشگاه بیمارستان، کارهای مهندسی با استفاده از فیلترهای دولماینی و کلاس و فیلترهای دوبلری با اجرا شود.
- در کلاس دو و سه (BSC) کارهای هدایتی و حفاظتی را انجام دهید.
- اطمینان حاصل کنید که تمام مراحل مختلف کار با فیلترهای دوبلری را به‌طور کامل انجام دهید.
- اطمینان کنید که تمام مراحل مختلف کار با فیلترهای دوبلری را به‌طور کامل انجام دهید.
- در کلاس یک (BSC) از روتوژیرهای سانتیفیوز پلمب شده و یا حامل ایمنی با درک‌گیری‌ها استفاده کنید.

5-2-2- کنترل های مدیریتی

- به کلیه پرسنل آزمایشگاه در مورد هرگونه گسترش امکان جدید آموزش دهید.
- در واقع این آموزش در مورد روش‌های نیاز اطلاعات بین کارکنان بالینی و آزمایشگاه‌های سایر، می‌باشد تا مطمن شویم اطلاعاتی به موقع و در محیط مناسب نمونه‌های آلوده مشکوک/تأیید شده کرونا ویروس انجام شود.

2) Biosafety Cabinets
معاونت بهداشت

راهنمای گام دوم بازرسی با کووید-19 (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و ازامات سلامت محبط و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی

• از کنترل‌های مدیریتی برای به حداکثر رسیدن فاصله اجتماعی و کنترل‌های مهندسی (نظری) کنید. به عنوان مثال، در کار تحقیقاتی یا تشخیصی از معرضهای شیمیایی پایین‌تر از حد انفجار (LEL)، به خصوص در داخل BSC ها استفاده کنید.

5-2-2- روش‌های کاری ایمن

• از روشهای کاری استفاده کنید که میزان حفاظت کنترل‌های مهندسی (نظری) را به حداکثر برساند. به عنوان مثال، اگر یک BSC بی طور مداوم در حال کار نیست، آن را روشن کرده و قبل از استفاده اجازه دهید. چند دقیقه کار کنید تا گردش هوا تثبیت شود. به همین ترتیب، پس از قرار دادن باروها در جنگل لحظه صبر کنید تا پرده اکتشافی شود و پس از آن کار را شروع کنید.

• از روشهای فنی استفاده کنید که تولید آئروسل ها و قطرات را به حداقل برساند. در این روش‌های فنی، باید انجام کنید که کاهش انتقال بیماری به حداقل بیشتری بپردازید.

• از روشهایی که باعث ایجاد آئروسل ها و قطرات می شوند (مانند کار با پیپت، لوله های پودری و... ) اجتناب کرده و هرگونه روش تولید آئروسل غیر قابل اجتناب و تولید آئروسل بدون آن را به صورت کنترل شده (به عنوان مثال، داخل BSC یک BSC یا با هم چهار BSC) انجام ندهید.

• به راهنمایی های احتمالی مناسب از جمله وسایل حفاظت فردی برای کارگر استفاده کنید.

• در هنگام جابجایی یا جابجایی بیشتر وسایل نوک، یا انتقال نمونه، از روشهای احتمالی مناسب و مواد نوک تیز آلوده را در محکم قرار دهید.

• هر کسی از طرفین باید به دقت بدنی شده باشد و فن‌های مخصوص را یاد بگیرد.

• برای راهنمایی های مربوط به ضدعفونی سطوح میکرو و تجهیزات غیر بحیطه از بیماری به طور بالقوه به کرونا ویروس آلوده شدن، به راهنمای اختصاصی محیط های کار اداری مراجعه کنید.

5-2-3- وسایل حفاظت فردي

ابن وسایل شامل دستکش یکبار مصرف غیر استریل، روپوش/گان آزمایشگاه و حفاظ تیز و چشم هنگام جابجایی نمونه‌ها و سایر وسایل نوک تیز احتمالی کنید و مواد نوک تیز آلوده را در محکم قرار دهید.

• دستکش‌ها و روپوش‌ها باید حاوی گره یا دکمه بوده و به‌طور کامل بسته شده باشند.

• در هنگام اجرای روشهای احتمالی به طور بالقوه به خصوص در حفره‌های ازأمایشگاه‌های بیشتر، به عنوان مثال، در مسک N95 (با بالاتر) به عنوان بخشی از برنامه جامع حفاظت تنفسی، استفاده کنید که مطالعات استاندارد حفاظت تنفسی باشد (مراجعه به راهنمای اختصاصی ماسک های تنفسی).

آموزش بهداشت

روش‌های آموزشی مناسب
رسانه‌های مورد نیاز برای آموزش موضوعات مختلف: (موضوعات مورد آموزش در بند دیل درج شده است)

• پوسترها و استند‌های اطلاع‌رسانی
• پوسترها و استند‌های اطلاع‌رسانی
• لایه‌های نمایشی (led)

موضوعات مورد آموزش برای گروه‌های هدف (نکته: مطالب آموزشی جهت تولید رسانه‌های بانک، پوستر و...

• آشنایی با بیماری کرونا و ویروس
• آشنایی با علایم ابتلا به این ویروس
• شناسایی افراد مستعد ابتلا
• آشنایی با نحوه انتقال بیماری
• آشنایی با زمان و نحوه استفاده از وسایل حفاظت فردی
• آموزش مدت زمان ماندگاری ویروس بر روی سطوح
• آموزش آشنایی با نحوه پوشیدن و درآوردن وسایل حفاظت فردی
• آشنایی با نحوه صحیح دفع یا کندزدایی کردن وسایل
• آموزش نکات بهداشت فردی
• توصیه ماندن در خانه
• روش‌های بهداشتی مراقبت از بیماران در منزل
• آموزش فاصله گذاری اجتماعی
• معرفی سامانه‌های ۱۹۰ و ۴۰۳۰
• نصب استناد یا بنرهاي آموزشي برای بكارگيری تمييزات لازم در جهت مقابله با شیوع کرونا ویروس در محل کار.
• نصب پوستر های هشدار دهنده در خصوص چگونگی انتقال بیماری کرونا.
• نصب پوستر یا بنر راهنمای نحوه صحیح شستشوی دست‌ها در محل کار. خصوصا در محل‌های سرویس بهداشتی و محل‌های سرو غذا.
• آموزش نحوه استفاده از محلول‌های ضد عفونیکننده که به شاغلان مربوط است.
• نصب پوستر مرتبه‌بندی با بیماری و توصیه مانند در خانه در صورت وجود علائم کرونایی.
• آموزش نحوه صحیح عطسه و سرفه و استفاده از دستمال‌های صوتی یا آرنج.
• آموزش اقدامات لازم جهت مقابله با شیوع بیماری کرونا.
• نصب بنرهاي آموزشي نحوه پیشگیری از انتقال بیماری های تنفسی.
• نصب پوستر آموزش نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظتی.
• نصب پوستر نحوه صحیح پوشیدن، درآوردن و دفع وسایل حفاظتی.
• نصب پوستر نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظتی.
• نصب پوستر نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظتی.

• نصب پوستر نحوه بهداشتی بر روی سایت و شبکه‌های مجازی.
• نصب پوستر سامانه پاسخگویی شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به شماره تلفن 190.
• نصب پوستر اعلام موارد غیر بهداشتی به سامانه مذکور.

• نصب پوستر معرفی سامانه، salamat.gov.ir
پیوست ۱: فرم خوداظهاری فرد جهت بازگشت به کار / تحصیل

اینجانب ........................................ دارای کد ملی به شماره................................................... شاغل/ در حال تحصیل در (واحد کاری/ سازمان ...) ........................................ دارای عنوان شغلی ........................................ اظهار می‌نمایم:

۱- در سه روز اخیر علائم زیر را نداشتم:
□ درد یا احساس سنگینی در قفسه سینه
□ درد یا احساس خستگی و ضعف
□ تب نارنجی
□ و گردد
□ سرفه
□ تنگی نفس

۲- سابقه تماس نزدیک (فاصله کمتر از ۲ متر) با فرد مبتلا به کووید-۱۹ (کرونا ویروس) در دو هفته اخیر را نداشتام:
□ مراقبت مستقیم فردی از افراد خانواده بیمار مشکوک/ محتمل/ قطعی کووید-۱۹ نموده‌ام
□ همسفرو بودن با فرد مبتلا به کووید-۱۹ در وسیله نقلیه مشترک
□ همکار بودن با فرد مبتلا به کووید-۱۹ در فضای بسته مشترک (تماس بیش از ۱۵ دقیقه در فاصله کمتر از ۲ متر)

۳- اطلاعات سلامت و علائم تنفسی خود را در سامانه salamat.gov.ir ثبت کردم. □

اینجانب ........................................ به کد ملی.......................................................... تهعد می‌نمایم درصورت بررسی هرگونه علائم تنفسی فوق، مروارید را به کارفرما/ نماینده معرفی شده از طرف کارفرما، اطلاع دهم و نیز گواهی می‌کنم که من پاسخ کلیه پرسش‌ها با هو شیاری، دقت و صداقت ثبت نموده‌ام و هرگونه عوامل ناشی از با سخ نادر ست و خلاف واقع، به‌هیله اینجانب می‌باشم.

نام و نام خانوادگی
امضا

تاریخ
راهنمای کام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و ازایم‌سازی بهینه و کار در آزمایشگاه‌ها، تشخیص طبی و تحلیل‌های

پیوست ۲: روش درست شستشوی دست‌ها

دست‌ها باید به اب گرم و صابون به مدت ۲۰ ثانیه به روش زیر شسته شوند:

۱- دست‌ها را مرطوب کنید
۲- از صابون مایع استفاده کنید
۳- کف دست‌ها را خوب به هم بمالید
۴- انگشتان را بشویند
۵- جهره را بشویند
۶- بین انگشتان را بشویند
۷- آبکشی کنید
۸- با دستمال کاغذی خشک کنید (استفاده از حوله یکبار مصرف نیز مورد تایید است)
۹- شیر آب را با همان دستمال خشک کنید
۱۰- دستمال را در سطل زباله در پندازید
راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-19 (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و ازامات سلامت میان ویروس و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی

روش درست شستن دست‌ها

در 10 مرحله

1. دست‌ها را خیس کرده و بعد ان ها را صابونی کنید.
2. بین انگشتان را در قسمت پشک بپوشید.
3. بین انگشتان را از روبو به شووید.
4. کن فد دست‌ها را با هم بپشویید.
5. بین انگشتان را از رو به پشت بپوشید.
6. هشت‌ها را جداگانه و دقیق به شوید.
7. نوک انگشتان را در هم کرده و به خوبی بپشویید.
8. خطوط کند دست‌ها را با نوک انگشتان به شوید.
9. دست‌ها را با دستمال خشک کنید.
10. با همان دستمال شیره آب را بپینید و دستمال را در سطل زباله بپینید.
پیشینه و در آوردن تجهیزات حفاظت فردي (PPE) (توصیه‌شده)

مراجع پوشیدن وسایل حفاظت فردي (PPE) استفاده شده شده به سطح پیشگیری در عفونت‌های استاندارد، تماسی، قطره‌ای و هوایی بسیار متنوع است. روش صحیح پوشیدن و درآوردن هر نوع از این وسایل به افراد آموزش داده شود.

1. روپوش

- تنه را از گردن تا زانوها، بازوی را تا انتهای مچ دستان بپوشاند و دور کمر بیچانده شود.
- در پشت گردن و کمر گره میخورید.

2. ماسک یا رسپیراتور

- اتصالات ایمنی یا نوارهای الاستیک در وسط سر و گردن قرار دهید.
- باند انعطاف پذیر را روی استخوان بینی وصل کنید.
- صورت و دست چنین را بهطور مناسب پوشش دهید.
راهنمای گام دوم مبارزه با کووید - ۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و ارایه خدمات بهداشتی و درمانی در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحلیلی

۳. عینک یا شیلد صورت

روی صورت و چشم‌ها مناسب با آنها قرار گیرد.

۴. دستکش‌ها

تا روزی مج را کامل بپوشاند که تا روزی مج بند روی بتوانند هم ادامه داشته باشند.

استفاده از روش‌های کار ایمن برای محدود کردن گسترش آلودگی:
- دست‌ها را از چهره خود دور نگه دارید.
- با سطوح سطح شده کمی در تماس باشید.
- دستکش‌ها را به هنگام پاره‌گیری با آلودگی شدید عوض کنید.
- بهداشت دست را رعایت کنید.
پیشنهادات

مراحل در آوردن وسایل حفاظت فردی (PPE) توصیه شده

روش‌های مختلف برای درآوردن ایمن PPE بدون آلوده کردن لباس، بوستی و غش‌های مخاطی با مواد عفونی بالقوه وجود دارد. در اینجا یک مثال آورده شده است. قبل از خارج شدن از اتاق بیمار، تمام و سایل حفاظت فردی، به جز ماسک اگر استفاده شده است، درآورید. ماسک را بعد از ترک اتاق بیمار و بستن درب، از صورت خارج کنید.

PPE را به ترتیب مراحل زیر درآورید:

1. دستکش اگر دستان شما هنگام درآوردن دستکش آلوده شدند، بلافاصله دستان خود را بشوید یا از یک ضدعرفونی کننده دست استخدام کنید.

2. با استفاده از یک دستکش دار، قسمت کف دست دیگر را بگیرید و دستکش اول را از دست خارج کنید.

3. دستکش درآورده شده را با دستکش نگه دارید. (شکل اول از سمت چپ)

4. انگشتان دست بدون دستکش را زیر دستکش دست دوم در مچ دست ببرید و دستکش دوم را نیز خارج کنید. (شکل وسط)

5. دستکش را درون ظرف زباله قرار دهید.

6. عینک یا شیره صورت سطح خارجی عینک یا سیر صورت آلوده است.
راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فصل گزارشی اجتماعی و ارتقاء سلامت مبتنی و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی

راهنماهای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فصل گزارشی اجتماعی و ارتقاء سلامت مبتنی و کار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحقیقاتی

- اگر دست شما در حین دور کردن عینک یا سپر صورت آلوده شد، دست‌های خود را بلافاصله بشویید و از یک ضدعفونی کننده دست استفاده کنید.

- با بلند کردن نوار پشت سر یا گوش، عینک یا سپر صورت را از پشت درآورید.

- اگر و سیله قابل استفاده مجدد است، در مخزن مشخص شده برای بازیافت مجدد قرار دهید. در غیر این صورت، در یک ظرف زباله رها کنید.

3) روپوش

- اگر دست‌هایتان هنگام درآوردن روپوش آلوده شده است، فوراً دستان خود را بشویید و از ضدعفونی کننده دست استفاده کنید.

- بندهای روپوش را باز کنید و مراقب باشید که آستین‌ها هنگام رسیدن به بندها با بدن شما تماس نداشته باشد.

- روپوش را از گردن و شانه‌های غیر استفاده کنید و فقط داخل روپوش را لمس کنید.

- روپوش را وارونه بهطوری که داخل آن رو به پر ورون نباشد، جمع کنید.

- بهصورت فشرده شده و ناشفه داخل ظرف زباله قرار دهید.

4) ماسک

- قسمت جلوی ماسک آلوده است – دست تننید.

- اگر در حین برداشتن ماسک، دست‌های خود را از پلاست خارج کنید و از یک ضدعفونی کننده دست استفاده کنید.
راهنما گام دوم مبارزه با کووید-19 (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و ازدواج و مراقبت‌های بهداشتی و مراقبت‌های بهداشتی

ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

masak را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

1. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

2. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

3. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

4. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

5. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

6. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

7. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

8. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

9. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

10. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

11. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

12. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

13. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

14. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

15. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

16. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

17. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

18. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

19. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

20. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.

روپوش و دستکش

21. ابتدا بندهای پایین ماسک را باز کنید و سپس بندهای بالایی و بدون لمس درون جلوی ماسک، آن را صورت جدا کنید.

22. ماسک را در یک ظرف زباله درب‌دار قرار دهید.
## پیوست ۴: گندزدایی سطوح

<table>
<thead>
<tr>
<th>نکات عمومی</th>
<th>مواد گندزدا</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>از یک ماده گندزدایی مناسب با پایه کلر یا بر پایه الکل استفاده کنید.</td>
<td>۱. مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای مجوز میزان مورد نیاز برای انرژی گندزداها ۱۰ تا ۶۰ دقیقه رعایت گردد.</td>
</tr>
<tr>
<td>از تماس کافی سطوح با ماده گندزدایی کننده مطمئن شوید.</td>
<td>۲. مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای ماده کواترنر آمونیوم ترموتیک و گاهی سطوح خارجی تجهیزات (مثل استانسکوپ و ونتیلاتورها) استفاده می‌شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>زمان مورد نیاز برای انرژی گندزداها ۱۰ تا ۶۰ دقیقه رعایت گردد.</td>
<td>۳. مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای مجوز استفاده می‌شود.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>نکات مهم در خصوص مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل</th>
<th>مجوز استفاده می‌شود.</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>۱. این ماده یک میکروب کش با طیف گسترده است و به‌طور کلی از الکل اتیل‌پروپیل بهتر است. الکل اغلب برای گندزدایی سطوح کوچک (به عنوان مثال دربوش لاستیکی و بیان‌های دارویی مولتی‌پل دوز، ترمودرک والی) گاهی سطوح خارجی تجهیزات (مثل استانسکوپ و ونتیلاتورهای خانگی) استفاده می‌شود.</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>۲. به‌دلیل قابلیت استنشاق الکل، استفاده از آن برای گندزدایی سطوح کوچک محدود و در فضاهایی با تهویه مطلوب استفاده می‌گردد. استفاده مکرر و طولانی از الکل به عنوان گندزدا می‌تواند باعث تغییر رنگ، بخار شدن و ترک خوردن گی لاستیکی‌ها و پلاستیک‌های خاص شود.</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>۳. هنگام استفاده از الکل، سالن ها باید خالی از افراد بوده و درها و پنجره‌ها باید گشاد شود و جهت تهویه بهتر است چوب‌ها نیز روش باشند.</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>۴. در هنگام استفاده از الکل به منظور جلوگیری از خطر برق گرفتنی درنظر گرفته شود.</td>
<td>۴. هنگام استفاده از الکل به منظور جلوگیری از خطر برق گرفتنی درنظر گرفته شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>۵. هنگام استفاده از الکل به منظور جلوگیری از خطر برق گرفتنی درنظر گرفته شود.</td>
<td>۵. هنگام استفاده از الکل به منظور جلوگیری از خطر برق گرفتنی درنظر گرفته شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>۶. محلول‌های گندزدا باید روغن‌های تهیه و استفاده شود (کارایی محلول بسیار بهتر است).</td>
<td>۶. محلول‌های گندزدا باید روغن‌های تهیه و استفاده شود (کارایی محلول بسیار بهتر است).</td>
</tr>
<tr>
<td>۷. محلول‌های گندزدا باید روغن‌های تهیه و استفاده شود (کارایی محلول بسیار بهتر است).</td>
<td>۷. محلول‌های گندزدا باید روغن‌های تهیه و استفاده شود (کارایی محلول بسیار بهتر است).</td>
</tr>
<tr>
<td>۸. امکانات لازم برای شستشوی مرتب دست‌ها و استفاده از ماوس پیکربندی مصرف در طول شیفت (به ارزه‌های پسندیده حداکثر ۲ ماه)</td>
<td>۸. امکانات لازم برای شستشوی مرتب دست‌ها و استفاده از ماوس پیکربندی مصرف در طول شیفت (به ارزه‌های پسندیده حداکثر ۲ ماه)</td>
</tr>
</tbody>
</table>
### نکات مهم در خصوص سفیدکننده‌های گندزداینگی

<table>
<thead>
<tr>
<th>نکت</th>
<th>توضیحات</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1.</td>
<td>گندزداینگی گوی و موثر که ماده‌ای می‌باشد که آن آن‌های‌های سدیم به‌طور مناسب در بین بردن باکتری‌ها، فاکس و ویروس از جمله ویروس آنفولانزا مورد استفاده قرار می‌گیرد. اما به راحتی می‌تواند مواد آمیزی، غیر فعال می‌شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>2.</td>
<td>گندزداینگی و سفیدکننده‌های خانگی (با ۱۰۰ تا ۶۰ دقیقه زمان تماس)، با هزینه کم و به‌طور گسترده در دسترس است و برای گندزداینگی سطوح در مراکز درمانی کم و به‌طور گسترده در دسترس است و برای گندزداینگی سطوح در مراکز درمانی توصیه می‌شود.</td>
</tr>
<tr>
<td>3.</td>
<td>با این حال سفیدکننده‌ها غشای‌های خانگی (بیش از ۱۰ دقیقه زمان تماس) تنشی را تحریک می‌کند و تحت تاثیر گرم و نور تجزیه می‌شوند و به‌احتیاب با سایر مواد شیمیایی واکنش نشان می‌دهند. بنابراین سفیدکننده‌ها باید با احتیاط مصرف گردد.</td>
</tr>
<tr>
<td>4.</td>
<td>استفاده نادرست از سفیدکننده‌ها جمله عدم رعایت میزان رقیق سازی توصیه شده (قهوه و ترشی‌های فیزیکی) می‌تواند اثرات تیزی کارکنان مراکز درمانی را کاهش دهد. بنابراین سفیدکننده‌ها باید با احتیاط مصرف گردد.</td>
</tr>
<tr>
<td>5.</td>
<td>برای پیشگیری از سفیدکننده‌های غیر قابل اعتماد، مراکز درمانی باید نشانه‌های مطالعه و استفاده‌های غیر قابل اعتماد مراکز درمانی را تهیه و استفاده از سفیدکننده‌های قابل اعتماد را توصیه می‌کند.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

### ساختار استفاده از سفیدکننده‌های قابل اعتماد  

<table>
<thead>
<tr>
<th>ضروری است:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>استفاده از ماسک، پوش‌های ضد آب و دستکش و عینک برای محافظت از چشم و حفظ محتویات مناسب.</td>
</tr>
<tr>
<td>محلول‌های سفیدکننده در محل‌های با تهیه مناسب مخلوط نموده و استفاده گردد.</td>
</tr>
<tr>
<td>سفیدکننده با آب سرد مخلوط گردد (آب گرم باعث تجزیه اکسایده سدیم می‌شود و آن را ناکارآمد می‌کند).</td>
</tr>
<tr>
<td>در صورت استفاده از سفیدکننده حاوی هیپوکلریت سدیم آن را تا ۵ درصد مخلوط نمایید.</td>
</tr>
</tbody>
</table>
| از به‌کار بردن سفیدکننده‌ها به‌همراه سایر مواد شوینده خانگی اجتناب گردد زیرا کارایی آن را کاهش داده و می‌تواند باعث واکنش‌های شیمیایی خطرناک شود. به‌عنوان مثال گازهای سمی در هنگام مخلوط کردن سفیدکننده با مواد شوینده اسیدی مانند موادی که برای تمیز‌کردن تولید استفاده می‌شود تولید می‌گردد و این گاز می‌تواند باعث جراحات گردد. در صورت لزوم ابتدا از مواد
معاونت بهداشت
راهنمای کام دوم مبارزه با کووید-19 (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و اعمالات سلامت مربوط و گزار در آزمایشگاه‌های تشخیص طبی و تحلیل‌های

شیوه‌نامه استفاده نماپید و قبل از استفاده از سفیدکننده برای گندزدایی، کاملاً با آب بشوید.

سفیدکننده‌ها موجب خوردنی در فلزات می‌گردد و به سطوح رنگ‌شده صدمه می‌زند.

از تنشین با چشم با پیدا کردن گردد، اگر سفیدکننده به چشم وارد گردید بلافاصله با آب بیشتر به مدت 15 دقیقه با آب شسته و با یک پزشک مشورت گردد.

- سفیدکننده رقیق: شده وقتی در معرض نور خورشید قرار می‌گیرد گاز سمی آزاد می‌نماید؛ بنابراین سفیدکننده‌ها باید در منک خنگ و دور از نور خورشید و دور از دسترس کودکان قرار داده شوند.

- هیپوکلریت سدیم با گذشت زمان تجزیه می‌شود برای اطمینان از اتربخشی آن از سفیدکننده‌ها یک گاز خودداری نموده و از ذخیره بیش از حد خودداری گردد.

- اگر از سفیدکننده رقیق استفاده کنید محلول رقیق شده را روزانه تازه تهیه نموده و بر روی آن بر جنسیت تاریخ رقیق سازی قید شود و محلول‌های تهیه شده با استفاده را بعد از 24 ساعت دور برپزید. مواد آلی موجب غیرفعال شدن سفیدکننده‌ها می‌گردد، بنابراین ابتدا سطوح آغشته به مواد آلی باید تمیزشده و قبل از گندزدایی با ماده‌ای عاری از مواد آلی گردد.

- سفیدکننده رقیق شده را باید دور از نور خودداری و در صورت امکان در ظروف بیکار و دور از دسترس کودکان بهداشت نگهبانی گردد.
جدول 1- راهنمای غلظت و مصرف هیپوکلریت سدیم

<table>
<thead>
<tr>
<th>محلول اولیه: عمده محلول‌های سفیدکننده خانگی حاوی هیپوکلریت سدیم 5 درصد معادل (PPM)</th>
<th>5000</th>
</tr>
</thead>
</table>
| محلول تولید شده: محلول 100/1 از هیپوکلریت سدیم 5 درصد تو صیه می شود اسفاده از 1 قسمت سفیدکننده به 99 قسمت آب سرد لوله کشی (محلول 1:100 1 یا گندزدایی سطح) برای دستیابی به غلظت مس سب هیپوکلریت سدیم، نسبت سفیدکننده به آب را تنظیم کنید. به عنوان مثال، برای آماده سازی سفیدکننده حاوی 2/5 درصد هیپوکلریت سدیم، از دو برابر پیشتر از سفیدکننده استفاده کنید (یعنی 2 قسمت سفیدکننده به 98 قسمت آب). کلر قابل دسترس بعد از رقیق سازی: برای سفیدکننده حاوی 5 درصد هیپوکلریت سدیم یک محلول 1:100، کلر قابل دسترس در حدود ٠/٥ درصد یا ٥٠٠ پی پی آم خواهد بود. محلول‌های سفیدکننده شامل غلظت‌های دیگر از هیپوکلریت سدیم با مقادیر متغیری تهیه خواهند شد تا مدت مورد نظر حاصل گردد.

زمان تهویه کاربردهای منتفاوت:
- سطوح غیر مخلوط: بیشتر یا مساوی ده دقیقه توصیه می‌گردد
- گندزدایی از طریق غوطه‌ور کردن اقلام: زمان تمساح ٣٠ دقیقه توصیه می‌شود (برای تی‌ها، دستمال، لباس، دستکش و نظایر آن).

نکته: سطوح باید از مواد آلی تمیز گردد (مانند تمیز کردن مدفع، استفزاغ، ترشحات، خون یا دیگر مایعات بدن قبل از گندزدایی یا غوطه‌وری)
پیوست ۵: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس

✓ قبل از خوردن و آشامیدن دستهای خود، دست و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.

✓ قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.

✓ قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.

✓ قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.

✓ قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.

✓ قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.

✓ قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بپینندید.