



دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی



انجمن علمی
بزرگی اجتماعی ایران



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی بوشهر



سامانه سلامت و پیشگیری بالینی
سایبیا



بست بزرگ داریوش

پروتکل مراقبت از بیماران مشکوک یا مبتلا به کرونا ویروس در هتل‌ها و مراکز اقامتی

ابتلا به کرونا ویروس در هشتاد درصد موارد خفیف است و نیازی به مراجعه به مراکز ارایه خدمات سلامت و بستری ندارند. چنانچه این افراد در سفر باشند یا به هر دلیلی از جمله شرایط اضطراری در هتل اقامت داشته باشند می توانند با استفاده از مشاوره تلفنی و اینترنتی در هتل بمانند و از خود مراقبت نمایند. این راهکار با ممانعت از حضور در مراکز درمانی در پیشگیری از انتشار ویروس و انجام اقدامات غیر ضروری پزشکی موثر است. این پروتکل شامل موارد بهداشت عمومی است که هتل‌ها می بایست برای پیشگیری از گسترش بیماری رعایت کنند. این راهنمای موارد زیر قابل استفاده است:

۱. افرادی که با موارد مشکوک تماس داشته اند یا به مناطق اپیدمی سفر کرده اند اما علامتی ندارند.
۲. افرادی که تب یا سرفه خشک و علائم غیر اختصاصی مانند بدن درد، بی حالی و... دارند.



۳. افرادی که تنگی نفس داشته و توسط پزشک ویزیت شده و توصیه به مراقبت در هتل محل اقامت شده اند.

۴. افرادی که در بیمارستان بستری و پس از رفع خطر جهت ادامه درمان به هتل محل اقامت فرستاده می شوند.

توصیه های مراقبت در هتل در چهار بخش ارایه می شوند: بخش اول توصیه هایی که مدیریت هتل باید در نظر داشته باشد، دوم توصیه های مخصوص افراد مشکوک یا مبتلا، بخش سوم توصیه های اختصاصی مراقبت کنندگان از افراد مشکوک یا مبتلا و بخش چهارم توصیه های عمومی است.

الف) توصیه هایی که مدیریت هتل باید در نظر داشته باشد

۱. به عنوان مدیر هتل، به پرسنل و خدمه هتل ابلاغ شود: هر گونه دست دادن و تماس فیزیکی با مهمانان ممنوع است. محللول های ضد عفونی کننده دست را در تمام مکان های قابل دسترسی برای کارکنان و خدمه قرار دهید.

۲. به کلیه پرسنل اطلاع داده شود در شرایط زیر نباید در محل کار حضور داشته باشید:

■ اگر طی ۱۴ روز گذشته در تماس با یک مورد قطعی کرونا بوده اید. (در این حالت شما باید به مدت ۱۴ روز از آخرین تماس خود با مورد قطعی، خود را ایزوله (قرنطینه) کنید).

■ اگر طی این ۱۴ روز دچار علائم شدید باید بلافاصله با مراکز بهداشتی و یا شماره تلفن هایی که اعلام شده است تماس بگیرید. زمان برگشت مجدد شما به سرکار، توسط مراجع بهداشتی تعیین خواهد شد.

۳. تمامی موارد این پروتکل به مسئول بهداشت هتل ابلاغ و آموزش داده شده و به آن بخش از پرسنل هتل که با میهمانان مبتلا یا مشکوک در ارتباط هستند آموزش های لازم داده شده و بر صحت اجرای آن توسط مسئول بهداشت نظارت شود.

۴. مدیریت هتل با یک کادر پزشکی مشاور یا مراکز درمانی مشخص در شهر برای موارد ضروری و نظارت بر اجرای صحیح

پروتکل در ارتباط باشد.

۵. در موارد مشاهده بیماری تمام جایجایی های بیمار در هتل و کلیه اتاق ها و مکان هایی که بیمار قبل از ایزوله شدن در آن حضور داشته است را مشخص کنید. مشخص کنید که در زمان حضور بیمار در آن مکان، چه کسانی از همراهان، کارکنان و یا خدمه هتل در آن مکان حضور داشته اند.

۶. برای مدیریت تماس های بیمار منتظر نتیجه آزمایش وی نشوید. افراد در تماس نزدیک (فاصله کمتر از یک متر) با این بیمار، هم اتاقی های وی، کسانی که با او سر یک میز غذا خورده اند باید به سرعت از سایر مسافران هتل جدا شوند. اگر نتیجه آزمایش مورد مشکوک، مثبت بود، این افراد نیز باید برای ۱۴ روز ایزوله (قرنطینه) شوند.

ب) توصیه های اختصاصی افراد مشکوک یا مبتلا

۱. قرنطینه: در یک اتاق که تهویه و نورگیری مناسب داشته باشد به مدت ۱۴ روز خود را قرنطینه نمایید.

۲. اتاق قرنطینه بهتر است مجزا از سایر قسمت های هتل باشد و فرد مراقب یا همراه به هیچ وجه در همان اتاق حضور نداشته باشد روزانه حداقل دو بار با باز کردن پنجره هوای اتاق تهویه شود.

۳. به جز خانه دارها و تیم مشاوره درمانی هتل یا مراقب همراه هیچکس اجازه ورود به این اتاق را نداشته باشند.

۴. غذا و سایر مایحتاج فرد در ورودی اتاق به وی تحویل داده شود. قبل از تبادل با فرد مراقب و خانه دار بهتر است تهویه اتاق انجام شده باشد.

۵. در این مدت از اتاق خارج نشود مگر برای خدمات پزشکی و با افراد دیگر نیز تماس نداشته باشد.

۶. از توالت و حمام اتاق فقط شخص بیمار استفاده کند و روزانه تمام سطوح و کف و شیرآلات، کلید برق، دستگیره درها با الکل یا وایتکس رقیق شده ضد عفونی شود. کف اتاق، توالت و حمام نیز ضد عفونی شود.

۷. فرد مشکوک یا مبتلا از ماسک استفاده نماید. ماسک معمولی

کفایت می کند. استفاده از ماسک N95 در ریچه دار (به اصطلاح فیلتر دار) برای فرد مبتلا ممنوع است زیرا در ریچه آن باعث انتقال ویروس به فضای بیرون می شود. ماسک ها باید در صورت مرطوب شدن یا حداکثر هر ۸ ساعت تعویض شود. برای در آوردن ماسک از بندهای آن استفاده شود و به قسمت پارچه ای دست زده نشود.

۹. دست ها را مرتب با آب و صابون یا الکل ۷۰ درصد ضد عفونی نماید. این کار به خصوص پس از هر بار خروج از اتاق برای انجام امور ضروری تکرار شود. طول مدت شستشو باید حداقل بیست ثانیه باشد. برای تبادل ظرف و سایر موارد با فرد مراقب یا خانه دار از دستکش یکبار مصرف استفاده نموده و سپس آن را در سطل زباله اتاق بیندازد.

۱۰. در هنگام سرفه با دستمال یا آرنج خود جلوی دهان خود را گرفته تا از انتشار ویروس جلوگیری نماید. دستمال را در یک سطل دارای پوشش پلاستیکی بیندازد.

۱۱. در صورت بدتر شدن حال عمومی یا ایجاد تنگی نفس باشماره تلفن ۱۹۰ برای شهر تهران مشورت نموده یا بیمار به مراکز درمانی منتقل شود. شماره تلفن های مراکز درمانی شهر یا منطقه از پیش میبایست در اختیار کارکنان هتل قرار گرفته و در داخل اتاق برای فرد مبتلا در دسترس باشد.

۱۲. در طول مدت قرنطینه استراحت نموده، آب و مایعات فراوان نوشیده شود.

۱۳. از بیرون رفتن از اتاق و حضور در اماکن عمومی هتل و به ویژه رستوران ها ... به جد خودداری شود مگر در موارد ضروری برای انتقال بیمار به مراکز درمانی.

پ) توصیه های اختصاصی مراقبین فرد مشکوک یا مبتلا

۱. بهتر است نفری که سن بالا و بیماری زمینه ای ندارد مسئول مراقبت بیمار شود.

۲. چنانچه بیمار همراهی ندارد یک نفر از پرسنل آموزش دیده هتل و وظیفه خدمت مراقبت از وی را بر عهده بگیرد.

۳. بهتر است مراقب تا حد امکان به اتاق بیمار وارد نشود و تبدلات

در ورودی اتاق انجام شود.

۴. برای انجام تبدلات حتما از دستکش استفاده نماید و بعد از انجام تبادل دستکش را در سطل زباله درب دار مجزا با کیسه زباله بیندازد.

از مصرف دوباره دستکش خودداری نماید.

۵. در حضور بیمار حتما از ماسک استفاده نماید.

۶. اگر نیاز به حضور در اتاق فرد مبتلا باشد بهتر است از یک لباس بلند مثل روپوش به صورت اختصاصی استفاده شود و پس از خروج از اتاق در محلی ایزوله آویزان شود. شرایط شستشوی این لباس نیز مانند لباس های بیمار باشد. فاصله حداقل یک متر با بیمار را رعایت نماید.

۷. دست ها را به طور مرتب بشوید یا ضد عفونی نماید. از لمس چشم، بینی و صورت پرهیزد.

۸. پس از مراقبت از بیمار تا رعایت کامل موارد بهداشتی مانند شستن دست ها و ضد عفونی نمودن لوازم و سطح از تماس با افراد دیگر خودداری نماید.

۹. فرد مراقب هم از رفت و آمد در محل های عمومی هتل مگر در موارد ضروری خودداری کند.

۱۰. روزانه درجه حرارت بدن خود را اندازه گیری نموده، در صورت بروز تب، سرفه یا تنگی نفس ضمن مشاوره تلفنی فرد مراقب نیز می بایست قرنطینه شود.

ت) توصیه های عمومی:

۱. اتاق های مشخصی برای قرنطینه در هتل در نظر گرفته شود. بهتر است این اتاق ها در بخشی مجزا و دور از محل های عمومی و پر رفت و آمد هتل در نظر گرفته شود. در صورت داشتن حیاط بهتر است در آنجا باشد.

۲. چنانچه میهمان مبتلا یا مشکوک همراه و مراقب ندارد و یا همراه و مراقب وی دارای سن بالا و یا بیماری زمینه ای است، یک نفر از پرسنل آموزش دیده هتل به عنوان پشتیبان و مراقب برای او در نظر گرفته شود.

۳. ظرف هایی که فرد مبتلا استفاده می کند از سایر ظروف هتل

جدا و به صورت مجزا با ابر و اسکاچ جدا شسته شود. هتل برای شستشوی ظروف مبتلایان از سیستم های شستشوی عمومی استفاده نکند و ساز و کار و محلی جداگانه برای این منظور لحاظ کند.

۴. لباس های فرد مبتلا نیز از سایر افراد جدا شده و با آب داغ با حرارت ۶۰ تا ۹۰ درجه خیسانده و سپس شسته شود. در صورت استفاده از دستگاه های لاندری یا ماشین لباس شویی، ملحفه و لباسهای بیمار حتما بطور جداگانه شسته شود و از تنظیماتی استفاده شود که این موارد را لحاظ کند یعنی بیشترین دما و زمان شستشو با آبکشی یا خیساندن اولیه.

۵. از حضور فرد مبتلا و همراه مراقب او در اماکن عمومی هتل جلوگیری شود.

۶. در صورت لزوم خروج فرد مبتلا از قرنطینه و انتقال او به بیرون از هتل، مسیر رفت و آمد او بطور کامل ضد عفونی شود.

۷. در اتاق آب آشامیدنی (معدنی)، اسپری الکل، یک تب گیر، دستمال، ماسک، دستکش و پلاستیک زباله به تعداد کافی قرار داده شود.

۸. اتاق فرد مبتلا هر روزه بطور کامل توسط خانه دار آموزش دیده ضد عفونی شده و امور معمول آن مانند نظافت و تعویض ملحفه، حوله ها و پک بهداشتی انجام شود.

۹. خانه دار آموزش دیده برای خانه داری و مراقبت این افراد از نظافت سایر اتاق ها و سایر خدمات هتل داری حتما معاف شوند.

۱۰. کنترل دمای بدن و شرایط عمومی پرسنلی که در اتاق قرنطینه رفت و آمد دارند باید هر روزه توسط مسئول بهداشت یا تیم پزشکی کنترل شده در صورت مشاهده علائم فرد در منزل خود و یا در هتل قرنطینه شود.

۱۱. پس از بهبودی و اتمام مدت قرنطینه تمام وسایل و سطوح اتاق و میز و اشیای بیمار ضد عفونی شود.

گروه پزشکی اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

گروه پزشکی اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

انجمن علمی پزشکی اجتماعی ایران

با همکاری هتل بزرگ داریوش کیش

پایگاه خبری پیشگیری و سلامتی بالینی «سایپا»