

الحجر المنزلي للأشخاص المصابين بالكوفيد-19 ولمنتظري نتائج التحليل

(1) ما هو الحجر المنزلي؟

/ هو إجراء يتمثل في إبقاء الأشخاص المصابين بالفيروسات معزولين، وبهذه الطريقة يتم منع انتقال العدوى.

(2) لماذا يجب القيام بالحجر الصحي؟

/ يوصي به الاتحاد الأوروبي ومنظمة الصحة العالمية كأحد الإجراءات الأكثر فعالية للحد من انتقال الفيروس.

(3) من يقرر الحجر المنزلي للشخص؟

/ يقرر الأخصائيون الصحيون ما إذا كان على الشخص أن يخضع للحجر المنزلي، مع تقييم المعايير السريرية وظروف البيئة الصحية والاجتماعية.

(4) كم يدوم الحجر المنزلي؟

/ حسب التقييم الفردي لكل حالة، يحدد الأخصائيون الصحيون المدة والمتابعة اللازمة. من المهم أن يكون الشخص المصاب متواجدا في مكان يسهل معه الاتصال به وأن يتبع تعليمات الأخصائيين الصحيين في جميع الأوقات.

(5) هل يمكن العيش مع العائلة؟

/ يمكن الاستمرار في العيش مع العائلة في المنزل شريطة أن يكون التباعد مع الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا والأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة والنساء الحوامل والأطفال دون سن 5 سنوات كبيرا.

كيف يجب أن يتم الحجر المنزلي؟

المواصفات التي يجب أن تتوفر عليها غرفة الشخص الذي يخضع للحجر المنزلي

1./ يجب أن يمكث الشخص المصاب في غرفة واحدة، مع ترك الباب مغلقا باستمرار.

2./ يجب أن تتوفر الغرفة على تهوية مباشرة من الخارج ويجب تهويتها لمدة 10 دقائق على الأقل، 3 مرات في اليوم.

3./ يجب تخصيص حمام للاستخدام الحصري للشخص المعزول. وإذا لم يكن ذلك ممكناً، فيجب تطهيره بمادة الكلور المنزلي بعد كل استخدام.



التدابير الواجب اتخاذها من قبل الشخص المعزول

□ يمكنك مغادرة مناطق العزل المحددة. في حالة ضرورة الذهاب إلى الأماكن العامة، يجب عليك غسل يديك وارتداء كمامة وترك مسافة بين الأشخاص الذين تعيش معهم.

لا يمكنك استقبال الزوار، كما يجب تجنب □ اتصال المتقارب مع أي شخص ومع الحيوانات الأليفة.

يجب أن تغسل يديك بشكل متكرر ويفضل إستعمال حلول مائية كحولية لذلك.

قم بتغطية فمك وأنفك عند السعال أو العطس باستخدام مناديل ورقية ذات □ استعمال الواحد، أو باستخدام الجزء الداخلي من المرفق، ثم اغسل يديك وارمي المنديل.

كلما احتاج شخص ما دخول الغرفة، يجب تهوية المكان مسبقاً لمدة □ تقل عن 10 دقائق. كما يجب وضع الكمامة، سواء من الشخص المعزول أو الشخص الذي يقدم الرعاية.

إذا كان الشخص المعزول أمًا مرضعة، عليها أن تضع الكمامة كلما اقتربت من طفلها وأن تغسل يديها بعناية قبل الاقتراب منه يستحسن أن يكون لديك هاتف محمول للتواصل مع الآخرين.

يجب الاستحمام وتغيير الملابس يوميًا. يجب تغيير المناشف بعد كل استخدام وغسلها عند 60 درجة.

من الضروري مراقبة ظهور أي أعراض جديدة، وخاصة ضيق التنفس، وتفاقم الحالة الصحية العامة والحمى الشديدة، وعند الاقتضاء، يجب التواصل بسرعة من خلال تطبيق STOP COVID 19 CAT، أو الاتصال بالمركز الصحي الخاص بك، أو على الرقم

061/Salut
Respon

التدابير التي يجب اتخاذها من قبل الأشخاص الذين يعيشون مع الشخص المعزول

يجب تعيين شخص واحد كمقدم رئيسي للرعاية، ويجب على جميع الأشخاص الذين هم على اتصال بالشخص المصاب اتخاذ تدابير احترازية.

يُنصح بدخول غرفة الشخص المعزول بأقل شكل ممكن، وعندما يكون ذلك ضروريًا، يجب البقاء بالغرفة بأقل قدر ممكن. عند دخول الغرفة، على الشخص المعزول ومقدم الرعاية ارتداء كمامة. وعندما يكون هناك اتصال مع الشخص المصاب أو لمس سوائله، يجب ارتداء قفازات اللاتكس، إلى جانب الكمامة. يجب أن تكون الكمامة والقفازات ذات □ استخدام الواحد فقط.

يجب إبلاغ الشخص المعزول بـ 10 دقائق قبل دخول غرفته، لتتم تهوية الغرفة مسبقًا.

يجب غسل اليدين بالصابون أو محلول مائي كحولي باستمرار.

يجب الحفاظ على تهوية جيدة في الأماكن المشتركة من المنزل، وتهويتها 10 دقائق على الأقل 3 مرات يوميًا.

- عند استخدام المراحيض، يوصى بغلق الغطاء قبل تفريغ خزان الماء.
- استخدام المناشف الورقية بعد غسل اليدين.



في حال كان جميع أفراد الأسرة خاضعين للحجر المنزلي، فيجب على الجميع اتباع تدابير العزل. ويجب توفير كل ما يحتاجونها من حاجيات من قبل أشخاص آخرين من محيطهم الاجتماعي أو العائلي، أو من خلال خدمة توصيل الطلبات للمنزل. على هؤلاء الأشخاص عدم الدخول إلى المنزل، وترك الأغراض عند الباب، ويجب على الأشخاص المعزولين استعمال الكمامة عند أخذ هذه الأغراض، مع الحفاظ على مسافة لا تقل عن 1.5 متر.

في حالة ظهور أعراض مثل الحمى أو السعال أو ضيق التنفس، يجب على الأشخاص الذين يعيشون في المنزل الاتصال على الرقم **061** أو بالمركز الصحي الخاص بهم.

061 / Salut
Haspon

إدارة النفايات وتنظيف الأسطح

/ يجب تنظيف دورات المياه جيدًا بشكل يومي باستخدام ماء الكلور، بدءًا من الحوض وانتهاءً بالمرحاض.

/ يجب غسل أغطية السرير والمخدة والمناشف وما إلى ذلك من الأغراض الخاصة بالأشخاص المعزولين بالصابون أو بالمنظفات المعتادة، وذلك على درجة حرارة 60 درجة مئوية أو ما فوق، ثم تترك لتجف تمامًا. يجب وضع هذه الأغطية والمناشف بكيس بإغلاق محكم إلى أن يتم غسلها، مع تجنب تحريكها أو هزتها قبل غسلها.

/ يوصى بالتخلص من نفايات المريض والمواد التي تستخدم لمرة واحدة (القفازات والمناديل والكمامات) في كيس بلاستيكي (كيس 1) في سلة قمامة داخل الغرفة، ويفضل أن يكون لها غطاء ودواسة فتح، دون إجراء أي فصل لإعادة التدوير.

/ يجب غسل أدوات المطبخ بالماء الساخن والصابون، أو يستحسن استعمال غسالة الأواني، وذلك بشكل منفصل عن أدوات المطبخ المستعملة من قبل الأشخاص الآخرين الغير مصابين.

/ يجب غسل أدوات المطبخ بالماء الساخن والصابون و يفضل غسلها في غسالة الأطباق منفصلة عن أطباق الخاصة بالآخرين.

/ يجب تنظيف الأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر (مناضد السرير، أغطية السرير، أثاث غرفة النوم)، وأسطح حوض الحمام والمرحاض بمناشف ذات الاستعمال الواحد، كما يجب تطهيرها يوميًا باستخدام مطهر منزلي يحتوي على كلور يُخفف بنسبة 1:100 (إضافة 1 جزء من الكلور إلى 99 جزء من الماء)، يُعد في نفس اليوم الذي يجب استخدامه فيه. يجب على الشخص المسؤول عن التنظيف حماية نفسه باستعمال كمامة وقفازات. بمجرد الانتهاء من التنظيف، سيتم وضع القفازات والكمامة في كيس مدبوغ بشكل صحيح والتخلص منه مع بقية النفايات المنزلية. ثم عليه غسل اليدين بعد ذلك.

لنحد من إنتقال العدوى

/ تذكر: اكتشاف المبكر للأشخاص المصابين بالكوفيد-19 والتعرف السريع على الإصابة، وكذا الحجر الصحي أمور بالغة الأهمية للحفاظ على السيطرة على الوباء.



يمكنك التهاون في الأمر

