



HelpAge

International

## دستور العمل‌های ویژه آسایشگاه‌های سالمندان در باره ویروس کرونا (کووید ۱۹)

این سند حاوی راهنمایی‌ها و توصیه‌هایی درباره ویروس کرونا یا کووید ۱۹ برای آسایشگاه‌های سالمندان است. سالمندان ساکن آسایشگاه‌ها در برابر کووید ۱۹ بسیار آسیب‌پذیر هستند و، به همین دلیل، باید اقدامات خاصی را برای کاهش ریسک ابتلای آن‌ها به بیماری ناشی از این ویروس انجام دهیم و مطمئن شویم این گروه از خدمات مراقبتی و حمایتی لازم برخوردارند. کارکنان آسایشگاه‌ها نیز به مراقبت نیاز دارند و باید از اطلاعات کافی برای محافظت از خودشان و سالمندان تحت مراقبت‌شان برخوردار باشند. این سند حاوی اطلاعاتی درباره رفتارهای شخصی، تمهیدات لازم در آسایشگاه‌ها، نحوه تعامل با محیط بیرون، مسئولیت‌های مدیران، نحوه اداره امور و اقدامات لازم در صورت ابتلای ساکنان به کووید ۱۹ است.

این دستور العمل‌ها بر اساس تجربیات کشورهای چین، کره جنوبی و ژاپن تدوین شده‌اند.

### رفتار شخصی

- کارکنان، سالمندان ساکن آسایشگاه و همه مراجعه‌کنندگان، از جمله پیمان‌کاران مستقل، باید اقدامات احتیاطی لازم را برای محافظت خودشان و اشخاص تحت مراقبتشان در برابر کووید ۱۹ انجام دهند. اقدامات احتیاطی مد نظر عبارتند از:
  1. شستن دست‌ها با آب و صابون به مدت حداقل ۲۰ ثانیه
  2. استفاده از ضد عفونی‌کننده‌های بر پایه الکل
  3. عطسه یا سرفه کردن در دستمال و دور انداختن آن بلافاصله پس از استفاده یا عطسه یا سرفه کردن در آرنج و سپس شستن دست‌ها
  4. حفظ فاصله حداقل یک متری (سه فوت) با دیگران در صورت امکان
- آن دسته از کارکنان آسایشگاه که وظیفه مراقبت از سالمندان بیمار را بر عهده دارند باید از ماسک استفاده کنند. این کارکنان باید، پس از قرار دادن ماسک روی صورت، دست‌هایشان را بشویند. در صورت تماس دست با ماسک نیز شستن دست‌ها الزامی است. کارکنان باید، پس از برداشتن ماسک و دور انداختن آن نیز، دست‌هایشان را بشویند.

- کارکنان آسایشگاه باید اقدامات احتیاطی مد نظر را به ساکنان سالمند یادآوری کنند و به آن‌ها در انجام این اقدامات کمک نمایند



### محیط داخلی آسایشگاه

- کارکنان آسایشگاه، در صورت مشاهده علائم بیماری در خود، باید از حضور در محل کارشان خودداری کنند. این علائم عبارتند از: تب، سرفه یا نفس‌تنگی. این مسأله درباره همه کارکنان آسایشگاه، از جمله کسانی که با ساکنان سالمند تماس مستقیم دارند، کارمندان دفتری، کارکنان بخش حمل‌ونقل و داوطلبان، صدق می‌کند
- در صورت امکان، کارکنان باید دمای بدن سالمندان ساکن را هر روز در دو نوبت صبح و عصر اندازه‌گیری کنند.
- دستگیره‌های در، نرده‌های پله‌ها، میزها، صندلی‌ها و سایر سطوح باید به‌صورت منظم با استفاده از مواد ضد عفونی‌کننده تمیز شوند
- کارکنان باید به‌صورت منظم سطل‌های زباله حاوی دستمال‌های دور انداخته شده را تخلیه کنند
- کارکنان آسایشگاه باید از وضعیت تندستی و سلامت روان ساکنان سالمند مطلع باشند. ارتباط بین فردی محبت‌آمیز می‌تواند به رفع اضطراب کمک کند
- کارکنان و سالمندان ساکن آسایشگاه باید از تغذیه مناسب برخوردار باشند
- فضاهای داخلی آسایشگاه باید گرم نگه داشته شوند و از تهیه مناسب برخوردار باشند
- کارکنان باید تمام تلاششان را انجام دهند تا برنامه عادی و روال فعالیت‌های روزانه سالمندان ساکن آسایشگاه حفظ شوند
- در صورت امکان، کارکنان آسایشگاه باید تمهیدات لازم را برای سازمان‌دهی و تسهیل ارتباط آنلاین منظم بین ساکنان و اعضای خانواده و دوستانشان فراهم کنند (از طریق اسکایپ، واتساپ، وی‌چت). این کار به رفع استرس و احساس تنهایی در سالمندان ساکن آسایشگاه کمک می‌کند
- کارکنانی که علائم بیماری را در خود مشاهده کرده‌اند و نمی‌توانند سر کار حاضر شوند نباید از مزایای شغلی‌شان محروم یا جریمه (کاهش دستمزد یا اخراج) شوند.



### نحوه تعامل با محیط بیرون

- هر گونه تصمیم برای راه دادن ملاقات‌کنندگان به داخل آسایشگاه باید بر اساس توصیه‌های دولت یا سایر مقامات ذی‌ربط اتخاذ شود. در صورت امکان، ملاقات‌کنندگان را از حضور در آسایشگاه منصرف کنید
- همه ملاقات‌کنندگان باید، پیش از تصمیم برای حضور در آسایشگاه، احتمال تماسشان با مبتلایان به ویروس کرونا را در نظر بگیرند. ملاقات‌کنندگانی که احتمال می‌دهند با مبتلایان در تماس بوده‌اند باید از ورود به آسایشگاه خودداری کنند
- اشخاص دارای علائم (تب، سرفه یا نفس‌تنگی) نباید وارد آسایشگاه شوند
- کارکنان آسایشگاه باید، پیش از صدور اجازه ورود ملاقات‌کنندگان به آسایشگاه، سؤال‌هایی را درباره علائم بیماری از آن‌ها بپرسند
- همه بازدیدکنندگان باید، هنگام حضور در آسایشگاه، اقدامات احتیاطی لازم را انجام دهند. این اقدامات احتیاطی شامل شستن دست‌ها، سرفه یا عطسه در دستمال یا آرنج، حفظ فاصله یک متری با ساکنان آسایشگاه و خودداری از تماس فیزیکی می‌شود.
- در صورت شیوع گسترده بیماری یا بروز شرایط پرخطر، ملاقات‌ها باید به موارد اضطراری، از جمله حضور پزشکان در صورت بیماری ساکنان، محدود شود

- تحویل کالاها فقط باید در یکی از ورودهای آسایشگاه انجام شود. در صورتی که ورود پیمانکار یا فروشنده به فضای داخلی آسایشگاه الزامی بود، کارکنان باید سؤال‌هایی را درباره علائم بیماری (تب، سرفه یا نفس‌تنگی) از آن‌ها بپرسند در صورت وجود هر گونه علائم، باید از ورود پیمانکار یا فروشنده به داخل آسایشگاه ممانعت شود

۴

### مسئولیت‌های مدیران

- آسایشگاه‌ها باید با نزدیک‌ترین مراکز درمانی ارائه‌کننده خدمات آزمایشگاهی و مراقبتی ویژه کووید ۱۹ در تماس باشند
- آسایشگاه‌ها باید با مقامات بهداشتی و نزدیک‌ترین مرکز درمانی مشورت کنند تا از اقدامات لازم در شرایط مشاهده علائم در ساکنان آگاه باشند
- مدیران آسایشگاه‌ها باید به‌صورت منظم دوره‌های آموزشی سلامت را برای کارکنانشان برگزار کنند تا اطلاعاتشان را به‌روز نگه دارند. ارائه اطلاعات مربوط به ویروس کرونا و آموزش‌های لازم از جمله اقدامات احتیاطی ضروری در این زمینه است. استفاده از پوسترها و اعلامیه‌ها برای یادآوری اقدامات احتیاطی ضروری است
- مدیران آسایشگاه‌ها باید تجهیزات پیشگیری و کنترل (دماسنج، ماسک، دستکش، ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل، دستمال و حوله کاغذی) را تهیه و مدیریت کنند.
- سلامت روان کارکنان و نیازهای روانی آن‌ها باید، از طریق ارتباط منظم، حفظ شود

۵

### نحوه اداره امور

- کارکنان آسایشگاه باید ارتباطی نزدیک با نهادها و ادارات محلی ذی‌ربط یا مقامات بهداشتی داشته باشند. کارکنان باید در کمترین زمان ممکن به تغییر شرایط محلی و توصیه‌های ارائه‌شده واکنش نشان دهند
- کارکنان آسایشگاه باید خانواده‌های ساکنان را به‌صورت منظم در جریان شرایط، از جمله تمهیدات پیشگیرانه، قرار دهند. اطلاع‌رسانی از طریق تماس تلفنی، پیامک و ایمیل انجام می‌شود

۶

### در صورت وجود موارد مشکوک به بیماری

- همه کارکنان و ساکنانی که احساس کسالت دارند یا دارای علائم هستند باید از سایر ساکنان جدا شوند و در اتاقی جداگانه نگهداری شوند. علائم بیماری عبارتند از: تب ۵/۳۷ درجه یا بالاتر، سرفه یا نفس‌تنگی
- کارکنان آسایشگاه باید بلافاصله با مقامات بهداشتی یا مرکز درمانی ذی‌ربط تماس بگیرند و به دستورالعمل‌هایشان عمل کنند
- همه کسانی که به‌دلیل مشکوک بودن به ابتلا به کووید ۱۹ از دیگران جدا شده‌اند باید از ماسک استفاده کنند
- همه کارکنانی که مراقبت از اشخاص مشکوک به ابتلا به کووید ۱۹ را بر عهده دارند باید از ماسک استفاده کنند
- اتاق قرنطینه باید از تهویه مناسب برخوردار باشد و در فاصله‌ای نسبتاً دور از سایر بخش‌های آسایشگاه قرار داشته باشد. در اتاق باید قابل بسته شدن باشد و اتاق، در صورت امکان، مجهز به سرویس بهداشتی (توالت) مجزا باشد
- در صورتی که مقامات بهداشتی دستور انتقال سالمندان مشکوک به ابتلا به بیماری کووید ۱۹ را به مراکز خاصی جهت آزمایش یا درمان صادر کردند، کارکنان آسایشگاه باید بلافاصله دستورات مربوطه را اجرا کنند.

- استفاده از وسایل نقلیه عمومی ممنوع است. سالمندان و کارکنان همراهشان باید از ماسک استفاده کنند
- ساکنان سالمندی که مشکوک به ابتلا به بیماری هستند و از دیگران جدا شده‌اند باید از مراقبت‌های مطلوب برخوردار باشند و خدمات حمایتی لازم را برای حفظ تندرستی و سلامت روانشان دریافت کنند.
- هر کدام از سالمندان ساکن آسایشگاه که با اشخاص مشکوک به بیماری کووید ۱۹ یا مبتلایان قطعی این بیماری در تماس بوده‌اند باید از سایر ساکنان جدا شوند
- کارکنان آسایشگاه باید، پس از انتقال کارکنان و ساکنان دارای علائم به مراکز بهداشتی، همه فضاهایی را که این اشخاص در آن‌ها حضور داشته‌اند به‌صورت کامل نظافت و ضدعفونی کنند
- کارکنان باید، تا حد امکان، به دو گروه تقسیم شوند. یک گروه وظیفه مراقبت از ساکنان سالمندی را بر عهده دارد که مشکوک به ابتلا به کووید ۱۹ هستند یا با مبتلایان قطعی این بیماری در تماس بوده‌اند و گروه دوم نیز وظیفه مراقبت از سایر ساکنان سالمند آسایشگاه را بر عهده می‌گیرد.
- سالمندانی که علائمشان برطرف می‌شود و به آسایشگاه بر می‌گردند باید به‌مدت ۱۴ روز در اتاقی جداگانه تحت نظر باشند

لطفاً به یاد داشته باشید: کووید ۱۹ یک بیماری کاملاً جدی است؛ اما مسأله مهم این است که می‌توانیم با انجام مجموعه‌ای از اقدامات از خودمان و دیگران در برابر این بیماری محافظت کنیم. با وجود اهمیت توجه به اقدامات احتیاطی معقول، نباید بگذارید ترس و وحشت بر شما غلبه کند.

اطلاعات بیشتر:

[Helpage.org/coronavirus-COVID19](https://helpage.org/coronavirus-COVID19)

HelpAge International  
PO Box 70156, London WC1A 9GB, UK  
Tel +44 (0)20 7278 7778  
info@helpage.org  
[www.helpage.org](http://www.helpage.org)

 @HelpAge  HelpAge International