



إستراتيجيات الوقاية من العدوى ومكافحتها
للتعامل الآمن مع فيروس كورونا المستجد
دليل للعاملين في القطاع الصحي

تاريخ : 5 نيسان 2020

تم إعداد واقتباس محتوى هذا الدليل من :

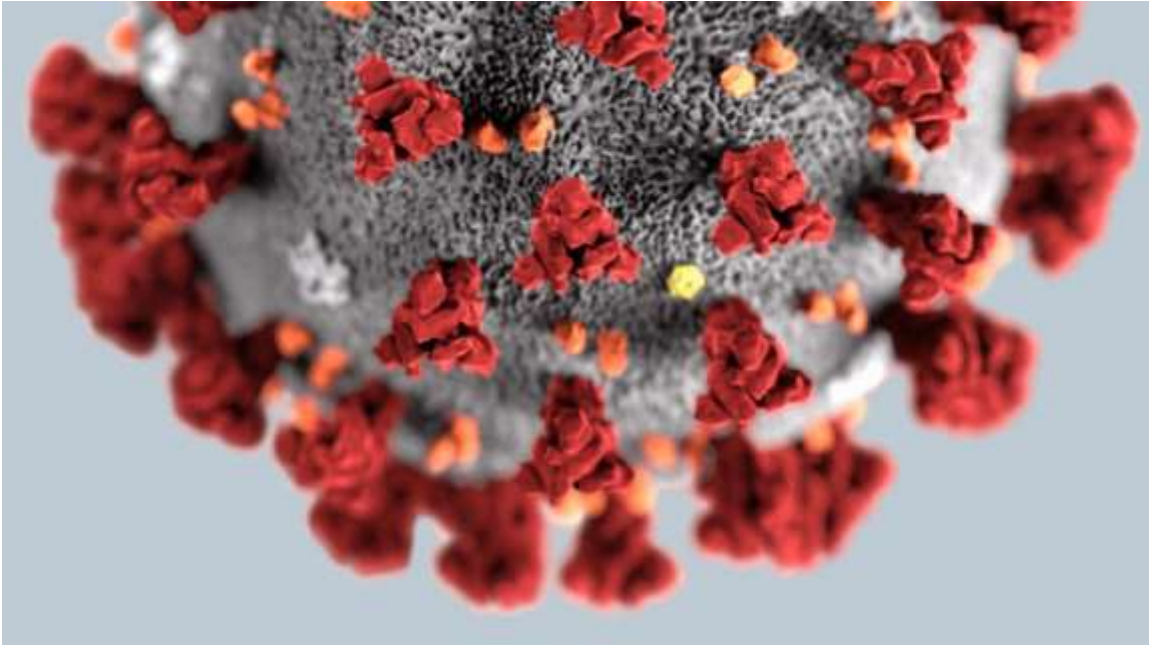
1. الموقع الإلكتروني لمنظمة الصحة العالمية (WHO)
2. إدارة المراكز الأمريكية للسيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)

ملاحظة : تم استخدام الكلمات في هذا الدليل كما جاءت في الترجمة العربية للمصادر من منظمة الصحة العالمية

هدف الدليل

يتصدر العاملون في القطاع الصحي خطوط المواجهة الأولى مع فيروس كورونا المستجد وذلك برعايتهم للمرضى المصابين بهذا الفيروس أو المشتبه بإصابتهم به، وهم معرضون لخطر الإصابة بالفيروس ولذا يتوجب عليهم معرفة كيفية حماية أنفسهم باتباع الاستراتيجيات العالمية للوقاية من العدوى والتدريب عليها.

يهدف هذا الدليل إلى تعريف العاملين في القطاع الصحي باستراتيجيات الوقاية من العدوى ومكافحتها في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد مع التركيز على كيفية إستعمال معدات الوقاية الشخصية .



كيف ينتقل فيروس كورونا المستجد؟

يمكن أن ينتقل من شخص إلى شخص عن طريق القطرات الصغيرة التي تنتشر من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المصاب بمرض كورونا المستجد أو يعطس، وتتساقط هذه القطرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص، ويمكن حينها أن يصاب الأشخاص الآخرون بمرض كورونا المستجد 19 عند ملامستهم لهذه الأشياء أو الأسطح ثم لمس أعينهم أو أنفهم أو فمهم، كما يمكن أن يصاب الأشخاص إذا تنفسوا القطرات التي تخرج من الشخص المصاب بالمرض مع سعاله أو زفيره.

ما هي إستراتيجيات الوقاية من العدوى ومكافحتها عند التعامل مع المرضى المصابين أو المشتبه بإصابتهم بفيروس كورونا المستجد؟

1. الفرز والتعرف المبكر وعزل المرضى الذين يشتبه في إصابتهم بالفيروس.
Triage, early recognition and source Control
2. تطبيق الإحتياطات النموذجية على جميع المرضى Standard precautions
3. تنفيذ إحتياطات إضافية تجريبية
 - إحتياطات الوقاية من العدوى المنقولة بالملامسة والقطرات
Contact and droplet precautions
 - إحتياطات الوقاية من العدوى المنقولة بالهواء (عند الإقتضاء) Airborne precautions
4. تطبيق الضوابط الإدارية
5. تطبيق الضوابط البيئية والهندسية

لنتعرف أكثر على هذه الإستراتيجيات الخمس:

أولاً : ضمان الفرز والتعرف المبكر والتحكم في المصدر



وجود نظام لتقييم حالة جميع المرضى عند دخولهم إلى المرفق الصحي ، مما يتيح التعرف المبكر على الإصابة المحتملة بعدوى فيروس كورونا المستجد والعزل الفوري للمرضى الذين يشتبه بإصابتهم به في مكان منفصل.

ثانياً: تطبيق الإحتياطات النموذجية على جميع المرضى Standard precautions

- نظافة اليدين والجهاز التنفسي
- إستعمال معدات الوقاية الشخصية المناسبة وفقاً لتقييم المخاطر
- ممارسات مأمونية الحقن
- الإدارة المأمونة للنفايات
- إستخدام الأقمشة والملابس المناسبة
- تنظيف البيئة والتطهير على نحو متسق وصحيح
- تعقيم المعدات المستعملة في رعاية المرضى ضمن إجراءات روتينية مأمونة

إتخاذ التدابير المتصلة بنظافة الجهاز التنفسي

- ✓ التأكد من أن جميع المرضى يغطون أنفهم وفمهم بمنديل أو بالمرفق عند السعال أو العطس.
- ✓ توفير قناع طبي للمرضى الذين يشتبه في إصابتهم بعدوى فيروس كورونا المستجد أثناء تواجدهم في أماكن الإنتظار/ الأماكن العمومية أو في الغرف المختلطة
- ✓ ممارسة نظافة اليدين بعد ملامسة إفرازات الجهاز التنفسي

نظافة اليدين

- الإلتزام بالطريقة الصحيحة لغسل اليدين قبل ملامسة المريض، وقبل اتخاذ أي إجراء متصل بالتنظيف أو التعقيم، وبعد التعرض لسوائل الجسم، وبعد ملامسة المريض، وبعد ملامسة محيط المريض
- ✓ تنظيف اليدين باستعمال مطهر اليدين الكحولي ، أو الصابون والماء
- ✓ استعمال مطهر اليدين الكحولي في حال عدم اتساخ اليدين بشكل واضح
- ✓ غسل اليدين بالماء والصابون إذا كانتا متسختين بشكل واضح.

ثالثاً : تنفيذ إحتياطات إضافية تجريبية

1. إحتياطات الوقاية من العدوى المنقولة باللامسة والقطرات **contact and droplet precautions**

- تطبيق هذه الإحتياطات قبل الدخول إلى غرفة المرضى
- وضع المرضى في غرف مفردة جيدة التهوية، وفي حال عدم توفرها ينبغي وضع المرضى المشتبه بإصابتهم بفيروس كورونا المستجد في نفس الغرفة
- ينبغي ألا تقل المسافة عن متر واحد على الأقل بين أسرة جميع المرضى، بغض النظر عما إذا كان يشتبه في إصابتهم بعدوى فيروس كورونا المستجد أم لا
- يعين ،حيثما أمكن ، فريق من العاملين في مجال الرعاية الصحية ليتولى بشكل حصري رعاية الحالات المشتبه فيها أو المؤكدة بهدف الحد من مخاطر انتقال العدوى
- إستعمال قناع طبي
- إرتداء واقي للعينين أو واقي للوجه
- إرتداء جاون (gown) نظيف غير معقم وطويلة الأكمام
- إرتداء القفازات
- خلع جميع معدات الوقاية الشخصية والتخلص منها على النحو الملائم وغسل اليدين عند الإنتهاء من تقديم الرعاية
- إستخدام مجموعة جديدة من معدات الوقاية الشخصية عند تقديم الرعاية لمريض آخر
- يجب أن تكون المعدات أحادية الإستعمال ويمكن التخلص منها ، أو مخصصة (مثل السماعات الطبية وكفة قياس ضغط الدم وأجهزة قياس الحرارة) وإذا تطلب الأمر استعمال نفس المعدات لعدة مرضى فلا بد من تنظيفها وتعقيمها بمجرد الإنتهاء من استعمالها على كل مريض (استعمال الكحول الإيثيلي بنسبة 70% مثلاً)
- عدم ملامسة العينين أو الأنف أو الفم بقفازات أو أيدي عارية قد تكون ملوثة
- تجنب تحريك المرضى ونقلهم خارج غرفهم أو أماكنهم ما لم يكن ذلك ضرورياً من الناحية الطبية ، ينبغي استعمال معدات الأشعة السينية المحمولة المخصصة و/أو غيرها من معدات التشخيص المخصصة ، إذا كان النقل ضرورياً، يتعين إستخدام طرق النقل المحددة مسبقاً بهدف الحد من تعرض الموظفين والمرضى والزوار للخطر مع ضمان ارتداء المريض لقناع طبي

- تفيد العاملين الذين ينقلون المرضى بقواعد نظافة اليدين وارتدائهم معدات الوقاية الشخصية
- إبلاغ الجناح الذي يتلقى المريض بأي احتياطات ضرورية في أقرب وقت ممكن قبل وصول المريض
- تنظيف وتعقيم الأسطح التي يلامسها المريض
- الحد من عدد العاملين في مجال الرعاية الصحية وأفراد الأسرة والزائرين والمخالطين للمريض المشتبه أو المؤكد إصابته بفيروس كورونا المستجد
- إنشاء سجل لجميع الأشخاص الذين يدخلون غرفة المريض، بمن فيهم جميع الموظفين والزائرين

2. إحتياطات الوقاية من العدوى المنقولة بالهواء في سياق الإجراءات التي يتولد عنها الضبوب

Airborne precautions for aerosol generating procedures

ترتبط هذه الإجراءات بزيادة خطر انتقال فيروس كورونا ، أمثلة على هذه الإجراءات

Tracheal intubation, non-invasive ventilation, tracheotomy, cardiopulmonary resuscitation, manual ventilation before intubation, and bronchoscopy

- القيام بهذه الإجراءات في غرفة جيدة التهوية، أي تهوية طبيعية بمعدل تدفق الهواء لا يقل عن 160 لترا/ثانية لكل مريض، أو في غرفة سالبة الضغط تنطوي على 12 تغيراً هوائياً في الساعة على الأقل، مع التحكم في اتجاه تدفق الهواء عند استخدام التهوية الميكانيكية
- استعمال جهاز تنفس/ ماسك جسيمائي المانع لاستنشاق الجزيئات مثل N95، وعند استخدامه يجب التحقق دائماً من إحكام القناع
- استعمال واقي العينين أو ساتر الوجه
- إرتداء جاون gown غير معقم وطويل الأكمام وقفازات نظيفة وإذا كان الجاون gown غير مانع للسوائل، ينبغي استخدام منترز مقاوم للبلل waterproof apron عند الحاجة لذلك
- خفض عدد الأشخاص المتواجدين في الغرفة إلى الحد الأدنى المطلق المطلوب لرعاية المريض ودعمه

رابعاً: تطبيق الضوابط الإدارية

- إنشاء بنى تحتية وأنشطة مستدامة للوقاية من العدوى ومكافحتها
- تنقيف مقدمي الرعاية للمرضى
- وضع سياسات بشأن التعرف المبكر على عدوى الجهاز التنفسي الحادة التي يحتمل أن يسببها فيروس كورونا المستجد
- ضمان اتاحة الفحوص المخبرية بشكل سريع بهدف التعرف على مسبب المرض
- منع الازدحام ولا سيما في قسم الطوارئ
- توفير أماكن انتظار مخصصة للمرضى الذين تظهر عليهم أعراض المرض
- عزل المرضى في المستشفى على نحو صحيح
- ضمان الإمداد الكافي بمعدات الوقاية الشخصية
- ضمان الالتزام بسياسات واجراءات الوقاية من العدوى ومكافحتها في جوانب الرعاية الصحية

التدابير الإدارية المتعلقة بالعاملين في مجال الرعاية الصحية

- توفير التدريب الكافي
- توفر التعليمات أو البروتوكولات للإجراءات الوقائية للعاملين في مجال الرعاية الصحية بشكل واضح ومقروء. مثال : وضعها ضمن لافتات أو ملصقات في الأقسام
- ضمان نسبة كافية من العاملين لكل مريض
- إرساء عملية ترصد للأمراض التنفسية الحادة بين العاملين في مجال الرعاية الصحية التي يحتمل أن يسببها فيروس كورونا المستجد
- ضمان فهم كل من العاملين في مجال الرعاية الصحية والجمهور لأهمية التماس الرعاية الطبية على وجه السرعة
- رصد امتثال العاملين في مجال الرعاية الصحية للإحتياجات النموذجية وتوفير آيات التحسين عند الحاجة

خامساً: تطبيق الضوابط البيئية والهندسية

- توفر التهوية المناسب
- التنظيف والتطهير البيئيين المناسبين
- ترك مسافة قدرها متر واحد على الأقل بين جميع المرضى
- غسل الملابس وفقاً لإجراءات مأمونة حسب البروتوكول المتبع لمنع العدوى
- التخلص من النفايات الطبية حسب الإجراءات المتبعة في بروتوكول النفايات الطبية الخطرة
- يفضل استخدام أدوات الطعام ذات الاستعمال لمرة واحدة

أخذ ومناولة العينات



إعتبار كل العينات التي تؤخذ لأغراض الاستقصاءات المخبرية أنها قد تكون معدية

الإلتزام الصارم بتدابير الوقاية وممارسات السلامة البيولوجية التالية:

- ✓ إستعمال معدات الوقاية الشخصية المناسبة (واقي العينين، قناع طبي، جاون طويل الأكمام، قفازات)
- ✓ في حال أخذت العينات باتباع اجراء يتولد عنه الضبوب aerosol generating procedures يجب إرتداء ماسك مانع لاستنشاق الجزيئات N95
- ✓ التأكد من أن جميع العاملين الذين يتولون نقل العينات مدربون على ممارسات المناولة المأمونة وإجراءات إزالة التلوث الناتج عن تسرب العينات
- ✓ وضع العينات التي ينبغي نقلها في أكياس العينات المانعة للتسرب المزودة بجيب منفصل يغلق بإحكام لوضع العينة ووضع ملصق يحمل إسم المريض على حاوية العينة ، وإرفاق نموذج طلب المختبر مكتوباً بخط واضح.
- ✓ التأكد من أن المختبرات تلتزم بممارسات السلامة البيولوجية الملائمة وشروط النقل
- ✓ تسليم جميع العينات باليد كلما أمكن
- ✓ ذكر الإسم الكامل لكل مريض وتاريخ ميلاده وإسم فيروس كورونا المستجد (المشتبه فيه) المحتمل بشكل واضح على نموذج طلب المختبر. وإخطار المختبر في أسرع وقت ممكن بأن العينة جاري نقلها.



طريقة إرتداء معدات الوقاية الشخصية

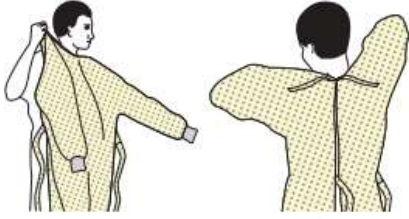


خطوة 1

- قم بتحديد الأخطار
- إجمع ما يلزم من الواقيات الشخصية
- قم بالتخطيط لمكان ارتداء معدات الوقاية الشخصية ومكان خلعها
- حدد مصادر المساعدة : هل يوجد زميل يساعدك؟ أو مرآة

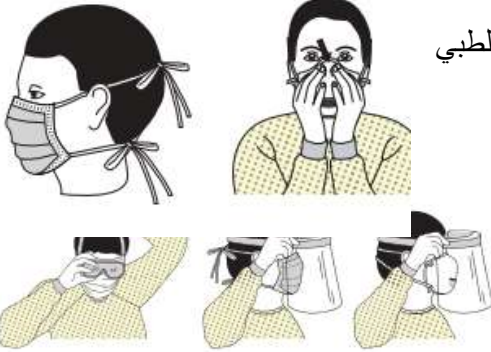
خطوة 2

قم بارتداء العباءة الطبية (الجاون)



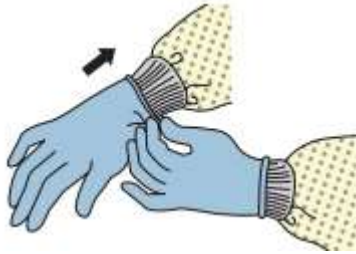
خطوة 3

قم بارتداء واقي الوجه أو إرتداء القناع الطبي وواقي الوجه



قم بارتداء القفازين (فوق إسورة العباءة الطبية)

خطوة 4



طريقة خلع معدات الوقاية الشخصية



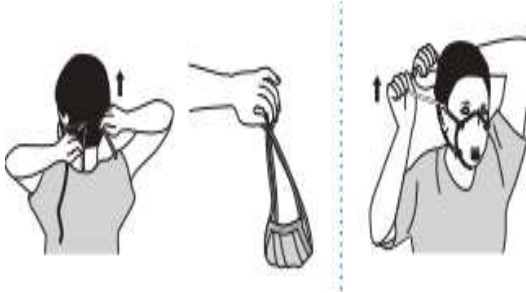
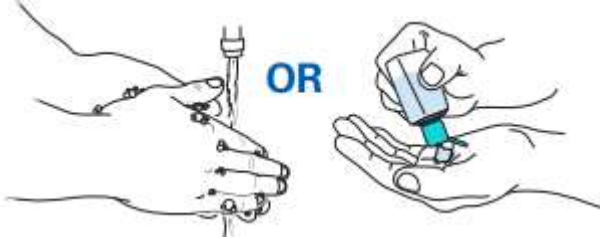
خطوة 1

- تجنب تلوين نفسك والبيئة المحيطة
- إنزع الواقيات الأكثر تلويناً أولاً
- نزع العباءة الطبية والقفازين
- إخلع العباءة الطبية الطبية وأدرهما بحيث يكون السطح الخارجي إلى الداخل
- تخلص من القفازين والعباءة الطبية بشكل آمن



خطوة 2

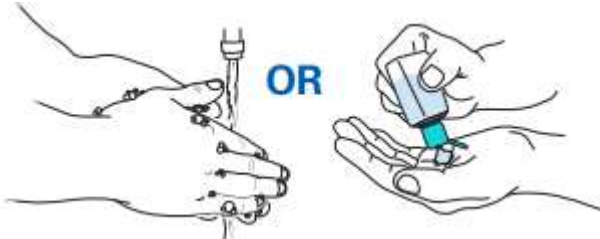
قم بتنظيف اليدين



خطوة 3

- أ. في حال ارتداء واقي للوجه:
 - إخلع واقي الوجه من الجهة الخلفية
 - التخلص من واقي الوجه بطريقة آمنة
- ب. في حال ارتداء النظارة الطبية والقناع
 - إخلع النظارة من الجهة الخلفية
 - ضع النظارة في حاوية منفصلة لإعادة معالجتها
 - إخلع القناع من الجهة الخلفية وتخلص منه بطريقة آمنة

قم بتنظيف اليدين



خطوة 4

التحقق من إحكام القناع المانع لاستنشاق الجسيمات

الخطوة رقم ١

. ضع القناع المانع لاستنشاق الجسيمات في راحة يدك بحيث تكون القطعة الأنفية باتجاه أطراف أصابعك وتكون أربطة القناع متدلية نحو الأسفل بكل حرية



الخطوة رقم ٢

. ضع القناع تحت ذقنك بحيث يكون اتجاه القطعة الأنفية لأعلى



الخطوة رقم ٣

. مرّر الرباط العلوي فوق رأسك واركبه عند أعلى مؤخرة الرأس، ثم مرر الرباط السفلي فوق رأسك وضعه حول العنق تحت الأذنين



الخطوة رقم ٤

. ضع أطراف أصابع يديك على القطعة الأنفية المعدنية، ثم اضغط عليها (بأصبعين من اليد اليمنى وأصبعين من اليد اليسرى) حتى تأخذ القطعة الأنفية شكل الأنف. قد يؤدي استعمال أصابع يد واحدة للضغط إلى تقليل فعالية أداء القناع



الخطوة رقم ٥

. غط مقدمة القناع بكلتا يديك، واحرص على ألا تغير وضعية القناع
الخطوة رقم ٥ (أ): التحقق من إحكام القناع بالضغط الإيجابي
. أرسل زفرة قوية، وإذا حدث تسرب فعُدّل وضعية القناع أو قوة شد الأربطة. اختبر مرة أخرى مدى إحكام القناع على الوجه بشكل ملائم، وكرر الخطوات المذكورة أعلاه إلى أن يصبح القناع محكم الالتصاق بالوجه

الخطوة رقم ٥ (ب): التحقق من إحكام القناع بالضغط السلبي

. استنشق الهواء بعمق، سيمتصق القناع بوجهك في حالة عدم وجود تسرب
. يؤدي التسرب إلى فقدان الضغط السلبي في القناع نتيجة لمرور الهواء عبر فجوات حول القناع



ودائماً إتبع الممارسات الآمنة :

✓ لا تلمس وجهك

✓ قلل لمس الأسطح والأشياء ما أمكن

✓ لبس قفازين جديدين في حال وجود تمزق أو الإتساخ

الشديد

✓ إغسل يديك باستمرار

References:

- الوقاية من العدوى ومكافحتها أثناء الرعاية الصحية عند الإشتباه في الإصابة بعدوى فيروس كورونا المستجد (nCoV): إرشادات مبدئية، 25 كانون الثاني/يناير 2020. منظمة الصحة العالمية.
- طريقة ارتداء وخلع معدات الوقاية الشخصية ، منظمة الصحة العالمية WHO/CDS/EPR/2007
- Use Personal Protective Equipment (PPE) When Caring for Patients with Confirmed or Suspected COVID-19, WWW.cdc.gov/ coronavirus, 03/30/2020
- What healthcare personnel should know about caring for patients with confirmed or possible coronavirus disease 2019 (COVID-19), www.cdc.gov/COVID19, 03/12/2020
- SEQUENCE FOR PUTTING ON PERSONAL PROTECTIVE EQUIPMENT (PPE), <https://www.cdc.gov/hai/pdfs/ppe/PPE-Sequence.pdf>
- Guidance for the Selection and Use of Personal Protective Equipment (PPE) in Healthcare Settings, <https://www.cdc.gov/hai/pdfs/ppe/PPEslides6-29-04.pdf>