

## توصیه های بهداشتی در کودک مبتلا به کرونا ویروس

- افراد در تماس نزدیک ( با فاصله کمتر از یک متر ) با بیمار مبتلا به عفونت تنفسی ( مثلا عطسه ، سرفه و ... ) در معرض خطر ابتلا به عفونت هستند .
- حد اقل دوران جدا سازی تنفسی و تماسی بیماران در منزل پس از ترخیص از بیمارستان تا 14 روز است .
- بیمار تا زمان برطرف شدن کامل علائم بیماری اکیدا ملاقات ممنوع است و باید در منزل بماند.
- بیمار باید در یک اتاق به صورت مجزا به همراه یکی از والدین قرار بگیرد . اتاق بیمار باید دارای تهویه مناسب باشد ( در و پنجره های اتاق قابل باز شدن باشد ) و پنجره ها جهت گردش هوا به دفعات در طول روز باز شوند .
- در صورتی که اختصاص یک اتاق مجزا به کودک بیمار امکان پذیر نباشد ، بقیه اعضای خانواده باید حداقل یک متر از کودک فاصله داشته باشند . حتما کودک در رختخواب خودش و جدا از والدین خوابانده شود .
- باید جابجایی و حرکت بیمار محدود شود و فضاهای مشترک ( آشپزخانه ، حمام ، توالت و ... ) حتی الامکان دارای تهویه مناسب بوده و پنجره ها برای گردش هوا به دفعات در طول روز باز شوند .
- تعداد مراقبین بیمار به حد اقل رسانده شود (حتی الامکان یک نفر که دارای وضعیت سلامت مطلوب بوده و دارای ضعف سیستم ایمنی و یا بیماری زمینه ای نباشد از کودک مراقبت کند.

- مراقب بیمار از تماس مستقیم با ترشحات تنفسی ، دهانی و مدفوع وی خودداری کند و در صورت نیاز از دستکش یکبار مصرف پلاستیکی و یا لاتکس استفاده نماید.
- مراقب بیمار و یا افراد خانواده باید بعد از هر بار تماس با بیمار و مکان نگهداری وی ، شست و شو و بهداشت دست را انجام دهند .
- کلیه اعضای خانواده از جمله خود بیمار ، بهداشت دست را رعایت کنند . بهداشت دست قبل و بعد از آماده کردن ، خوردن غذا و یا هر زمانی که دست ها آلوده می شوند باید انجام شود . در صورتی که آلودگی دست مشهود نباشد ، می توان از مواد ضد عفونی کننده الکلی استفاده کرد ولی در صورت وجود آلودگی قابل مشاهده بر روی دستها باید به مدت 20 ثانیه دستها با آب و صابون شست و شو شوند و با حوله یکبار مصرف و یا دستمال کاغذی خشک شوند .
- برای جلوگیری از انتشار ترشحات تنفسی ، بیمار باید حتی الامکان در تمامی اوقات بیداری از ماسک استفاده کند در صورتی که پوشیدن ماسک برای کودک امکان پذیر نباشد لازم است ، کلیه اعضای خانواده از جمله خود بیمار به صورت جدی بهداشت تنفس را رعایت کنند .
- برای مثال در زمان سرفه و عطسه ، بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانند و دستمال پس از استفاده در یک سطل درب دار دور انداخته شود .
- مراقب کودک در زمان حضور در اتاق بیمار و یا مراقبت نزدیک از وی از ماسک طبی که دهان و بینی به صورت

- کامل پوشانده شده باشد استفاده کند و در طول استفاده از ماسک به آن دست نزنند.
- در صورت خیس یا کثیف شدن ماسک ، آنرا تعویض کرده و از لمس قسمت جلوی ماسک خودداری نمایید و با آزاد سازی بند های ماسک از پشت گوش ، آنرا در سطل زباله درب دار انداخته و بلافاصله دستها شست و شو شوند
- از استفاده مجدد ماسک یا دستکشهای یکبار مصرف خودداری کنید.
- ظروف غذای بیمار باید از سایرین جدا شود و جدا از ظروف بقیه اعضای خانواده شست و شو شود
- سطوحی که بیمار به طور دائم با آن در تماس است ، مثل میز ، تخت ، مبلمان و سایر مکانها های اتاق بیمار و یا نزدیک بیمار که به صورت مکرر لمس می شوند باید به صورت مکرر تمیز و ضد عفونی شوند ( ابتدا با آب و صابون شسته شوند و سپس 10 سی سی وایتکس را با 90 سی سی آب رقیق کرده و بروی آنها اسپری نمایید)
- دستشویی و حمام باید حد اقل به صورت روزانه با محلول ذکر شده تمیز و ضد عفونی شوند ( 10 سی سی وایتکس و 90 سی سی آب )
- لباس ها و ملحفه بیمار باید روزانه تعویض شوند . ملحفه و لباسهای کثیف باید ابتدا در در نایلون سربسته نگهداری شود و در زمان مناسب با صابون رختشویی و یا در ماشین لباسشویی با دمای آب 60 تا 90 درجه شسته و سپس زیر نور خورشید خشک شوند . از تکاندن لباسهای کثیف بیمار خودداری شود و فرد مراقب هنگام دست زدن به لباسهای کثیف بیمار دستکش بپوشد.



### مرکز آموزشی درمانی امین



## راهنمای والدین در

## نگهداری از کودک مبتلا به

## کرونا ویروس

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان

مراجعه نمایید. [www.amin.mui.ac.ir](http://www.amin.mui.ac.ir)

- تنفس تند ( تعداد تنفس بیش از 60 مرتبه در دقیقه در سن زیر 2 ماه ، بیشتر از 50 مرتبه در دقیقه در سن زیر یک سال، بیشتر از 40 مرتبه در دقیقه برای سن 1 تا 4 سال ، بیش از 30 مرتبه در دقیقه برای سن بالای 5 سال)
- تنفس سخت ( وجود تو کشیدگی زیر قفسه سینه و بین دنده ها ، ناله ، زنش پره های بینی)
- کبودی زبان یا لبها یا دور چشم ها ،
- ناتوانی در خوردن یا آشامیدن
- عدم برقراری ارتباط در هنگام بیداری ، یا بی قراری بیش از اندازه ،
- خشکی مخاط دهان و عدم اشک یا کاهش حجم ادرار
- تشنج ، عود علائم نظیر تب ، تشدید سرفه ها و تنفس تند بعد از یک دوره بهبودی نسبی

**در صورت بروز هر یک از علائم ذکر شده ، در اولین**

**فرصت به یکی از مراکز مشخص شده جهت ویزیت و**

**مراقبت بیماران مشکوک به کرونا مراجعه نمایید**

برای اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی زیر مراجعه کنید

و یا [WWW.CORONAIKFAHAN.IR](http://WWW.CORONAIKFAHAN.IR)

استفاده از نرم افزار GB TEB از طرق دانلود از بازار

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	راهنمای والدین در نگهداری از کودک مبتلا به کرونا
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت (مریم خان محمدی)
تأیید کننده علمی	خانم دکتر پور مقدس
سمت	فوق تخصص بیماریهای عفونی اطفال
تاریخ تهیه	1401
کد پمفلت و بازنگری	PE-PED-38

منابع : مقالات 12 می سال 2020 سازمان جهانی بهداشت

- زباله های بیمار باید به عنوان زباله عفونی در نظر گرفته شود و در سطل درب دار در اتاق بیمار نگهداری شوند و به عنوان زباله عفونی دفع شوند .
- از انواع مواجهه غیر محافظت شده با لوازم آلوده که در ارتباط مستقیم با بیمار هستند نظیر حوله ، روتختی بیمار و ظروف غذای بیمار خودداری شود
- براساس توصیه سازمان جهانی بهداشت ، مادران مبتلا به بیماری COVID19 می توانند به شیر دهی خود ادامه دهند . برای این کار بایستی در هنگام شیر دادن به شیر خوار حتما ماسک طبی استفاده کنند و بهداشت دست را رعایت کنند . این مادران حتما باید سایر نکات ذکر شده در راهنما را به دقت رعایت کنند .



**علائم هشدار در کودک مبتلا به بیماری تنفسی حاد**

**از جمله کرونا**

