



الرعاية المنزلية لمرض كوفيد-19 و الحالات المشتبهة

موجهات عامة

البروتوكول نشر في يوم 2020/3/18 قابل للتعديل بصورة مستمرة

قرار الرعاية المنزلية يتم اتخاذه من قبل الكادر الطبي بعد اجراء التقييم لحالة المريض و بيئة المنزل
لرعاية الصحية المنزلية

1- متى يمكن رعاية المريض بالمنزل؟

- المرضى الذين يعانون من اعراض خفيفة لا تستدعي التنويم في المرافق الصحية¹ (تم تقييمهم بقياس ≥ 4 بنظام الفرز)
- المرضى الذين تحسنت حالتهم و لا يحتاجون الى البقاء منومين في المرفق الصحي/مركز العزل

2. الشروط التي يجب ان تتوفر في المنزل:

- أن يكون المنزل في موقع يسهل الوصول إليه من قبل مقدمي الخدمة الطبية
- أن يتوفر به مكان منفصل ومريح خاص بالمريض فقط ولا يشاركه فيه احد
- أن تتوفر بالمكان التهوية المناسبة
- أن يكون له حوض قريب لغسل الايدي
- أن تتم به عملية النظافة والتخلص من النفايات الخاصة بالمريض بالصورة الصحيحة
- أن يكون بالمنزل شخص محدد للقيام بالعناية بالمريض حسب الموجهات مع تجنب الاحتكاك المباشر ما أمكن
- توفر إمكانية الاتصال بمقدمي الخدمات الصحية في حالة التدهور السريع لحالة المريض

3. نصائح وإرشادات أثناء فترة رعاية المريض بالمنزل

- يتم وضع المريض في غرفة منفصلة عن بقية افراد العائلة على ان تتوفر بها تهوية مناسبة .
- يجب الالتزام بعدم خروج المريض من المنزل طوال فترة العزل مع التاكيد على الحد من حركة المريض داخل المنزل والتقليل من التواجد في الاماكن المشتركة (المطبخ،الحمام) قدر الإمكان.
- يتم تخصيص شخص محدد للقيام بالعناية بالمريض ويجب ان يكون بصحة جيدة ولايعاني من امراض مزمنة او ضعف في المناعة
- يمنع زيارة المريض طوال فترة العزل المنزلي

¹في حالة الحوامل على وشك الوضع يتم ابقاهم في المرافق الصحية/ مركز العزل الى الوضع حتى لو كانت حالتهم مستقرة



- المكوث بالمنزل لمدة 14 يوم بعد ظهور الأعراض ، أو حتى زوالها بـ 24 ساعة، (ويفضل ان تكون فترة 15 يوم)
- القيام بتطهير جميع الأسطح حول المريض بصورة دورية باستخدام المطهرات مثل الكلور المخفف بإضافة 100 مليلتر كلور لخمسة لتر ماء تركيز 0.5% كلور (مثل مقابض الأبواب،الريموت كنترول،الهواتف ،مفاتيح الانوار، مقعد الحمام، الطرابيز، الأسرة، لعب الأطفال) مع ضرورة ارتداء قفازات شديدة التحمل او قفازات نظيفة أثناء التنظيف.
- يجب تخصيص أغطية ومفارش وأواني للاكل خاصة بالمريض وبعد استخدام هذه الأدوات يجب غسلها جيدا بالماء والصابون مع ضرورة ارتداء قفازات اثناء الغسل.
- يجب على المريض لبس الكمامة الطبية على قدر المستطاع خصوصا في الفترات التي يتواجد فيها راعي المريض، وذلك لاحتواء الافرازات التنفسية، اذا اتسخت الكمامة او اصبحت مبللة يجب تغييرها فوراً.
- اذا كان المريض لايتحمل لبس الكمامة الطبية يجب عليه الالتزام بتغطية الانف والفم بمنديل عند العطس او الكحة و التخلص من المناديل الورقية في سلة نفايات مغلقة، في حالة عدم توفر مناديل يجب تغطية الانف والفم بالكوع عند العطس او الكحة ثم غسل اليدين مباشرة.
- يجب على من يقوم برعاية المريض ارتداء الكمامة الطبية عندما يكون بالقرب منه (على سبيل المثال عند دخول غرفة المريض) والتخلص منها بعد الاستخدام بوضعها داخل كيس مغلق والقائها في سلة نفايات مغلقة و التخلص منها بطريقة امنة.
- لايجب اعادة استخدام الكمامات او الجونتان.
- يجب نظافة الحمام مرة يوميا على الاقل وتطهيره باستخدام 0.5% كلور.
- شرب السوائل بكثرة (مثل الماء؛ العصائر الطبيعية و البلدية؛ الشوربة)
- اسأل الطبيب المعالج عن أي رعاية إضافية قد تحتاج إليها في بعض الأوضاع الخاصة مثل حالة الحمل أو بعض الأمراض المزمنة كالسكري وأمراض القلب والربو، وانتفاخ الرئة.
- اذا حدث اي من الاعراض التالية للمريض يجب الاتصال بالمرفق الصحي المتابع / مركز العزل :
 - صعوبة او ضيق في التنفس او الم في الصدر
 - ارتفاع حاد في درجة الحرارة
 - تغير لون الشفاه إلى البنفسجي أو الأزرق
 - قيء وفقدان للسوائل
 - ظهور علامات الجفاف مثل الدوار عند الوقوف ، قلة البول، أو عند الامتناع عن الرضاعة ، وقلة الدموع عند البكاء لدى الأطفال.
 - عند حدوث تشنجات
 - عند اختلاط الأشياء علي المريض وفقدانه الوعي



- إذا استدعى الأمر الذهاب الى المرفق الصحي/ مركز العزل، حافظ على ارتداء الكمامة و تجنب المواصلات العامة و الاماكن المزدحمة قدر الامكان
- أى سطح تم تلوثه في المركبة التي قدم بها المريض (من خلال الافرازات التنفسية او افرازات اخرى من جسم المريض) يجب تنظيفه بالماء و الصابون ثم تطهيره بالكلور تركيز 0.5%.

4.نصائح وإرشادات للأسرة أثناء فترة رعاية المريض بالمنزل:

- يجب على افراد الاسرة البقاء في غرفة غير غرفة المريض الخاضع للعزل المنزلى بقدر الامكان و الحفاظ على بعد مترين اذا كان لا بد من الاختلاط
- يجب على افراد الاسرة استخدام حمام منفصل عن حمام المريض اذا كان ذلك متاحا.
- يجب على جميع افراد الاسرة ارتداء الكمامة الطبية عندما يكونوا بالقرب من المريض (على سبيل المثال عند دخول غرفة المريض) والتخلص منها بعد الاستخدام بوضعها داخل كيس مغلق والقائها في سلة نفايات مغلقة و التخلص منها بطريقة امنة.
- لايجب اعادة استخدام الكمامات او القفازات
- محافظة أفراد الأسرة علي أيديهم نظيفة وذلك بغسلها بالماء والصابون و فركها لمدة 20 ثانية على الاقل.
- تجنب لمس العين و الفم والانف بايدي غير مغسولة.
- منع زيارة المريض ولا يجب دخول شخص عليه ماعدا الفرد الذي يقوم بخدمته.
- منع الزوار الذين لا حاجة لوجودهم بالمنزل.
- اعلم أن المحادثة الهاتفية تقيك والباقيين من خطر العدوى.
- تجنب رعاية الحوامل للشخص المريض حيث أن الحمل يزيد من إمكانية الإصابة بالعدوى.
- اذا كان هناك شخص من كبار السن في المنزل يجب ان يتجنب الاحتكاك مع المريض لضعف المناعة عند كبار السن الذي يجعلهم اكثر عرضة للإصابة بالعدوى
- عدم مشاركة المريض ادوات الاستعمال الشخصية مثل الأغذية والمفارش واواني الاكل والشرب وبعد استخدام المريض هذه الأدوات يجب غسلها جيدا بالماء والصابون مع ضرورة ارتداءه قفازات شديدة التحمل او قفازات نظيفة اثناء الغسل
- تنظيف جميع الاسطح التي يتم لمسها كثيرا باستخدام المطهرات مثل الكلور تركيز 0.5% (مثل مقابض الأبواب،الريموت كنترول ،الهواتف، مفاتيح الانوار، مقعدالحمام، الطرابيز، الأسرة،لعب الأطفال) مع ضرورة ارتداء قفازات شديدة التحمل او قفازات نظيفة أثناءالتنظيف.
- التاكد من ان المساحات المشتركة في المنزل بها تهوية جيدة.
- تجنب التواجد في التجمعات و الاختلاط قدر الامكان.
- في حالة العطس او الكحة الالتزام باداب العطس من تغطية الانف و الفم بمنديل و التخلص من المناديل الورقية في سلة نفايات مغلقة،و في حالة عدم توفر مناديل يجب تغطية الانف و الفم بالكوع عند العطس او الكحة.



- على افراد الاسرة البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 بعد شفاء المريض.
- اذا اصيب اي احد من افراد الاسرة او المخالطين باى من الاعراض التالية يجب اخطار المرفق الصحي قبل التوجه اليه:

➤ ارتفاع في درجة الحرارة

➤ كحة او الم في الحلق

➤ ضيق في التنفس

5. في الطريق الى المؤسسة الصحية:

- حافظ على ارتداء الكمامة و تجنب المواصلات العامة و الاماكن المزدحمة قدر الامكان
- يجب الحفاظ على اداب العطس، نظافة اليدين و الابتعاد مسافة متر على الاقل من الاشخاص الاخرين في الطريق الى و داخل المرافق الصحية
- اى سطح تم تلوثه في المركبة التي قدم بها الخلاط الذى ظهرت عليه الاعراض(من خلال الافرازات التنفسية ا او افرازات اخرى من الجسم) يجب ان يتم تنظيفه بالماء و الصابون ثم تطهيره بالكلور تركيز 0.5%