



موجهات الرعاية المنزلية لمرضى كوفيد-19 و الحالات المشتبهة

هذا البروتوكول أجزى في 2020/3/18 و تم تحديثه بتاريخ 2020/3/25 ثم بتاريخ 2020/11/28 ثم بتاريخ 2020/12/7
وهو قابل للتحديث بصورة مستمرة

قرار الرعاية المنزلية يتم اتخاذه من قبل الكادر الطبي بعد اجراء التقييم لحالة المريض او الحالة المشتبه بها.

الرعاية المنزلية تشمل الحجر المنزلي والعزل المنزلي

مصطلح الحجر يستخدم للحالات المشتبه بها بينما يُستخدم مصطلح العزل للحالات المؤكدة

1. لمن يجب تقديم الرعاية المنزلية:

- 1.1 المرضى الذين يعانون من اعراض خفيفة لا تستدعي التنويم في المرافق الصحية¹
- 1.2 المرضى الذين تحسنت حالتهم و لا يحتاجون الى البقاء منومين في المرفق الصحي/مركز العزل.
- 1.3 الاشخاص القادمين من احدى الدول التي سجلت حالات انتقال داخل المجتمع.
- 1.4 الاشخاص القادمين من منطقة إنتشار مجتمعي داخل السودان (حسب إعلان وزارة الصحة)
- 1.5 الاشخاص المخالطين لحالة اصابة مؤكدة وهم :
 - الاشخاص الذين قاموا بتقديم الرعاية الطبية بدون معدات الوقاية الشخصية المناسبة لمرضى الكورونا.
 - الاشخاص الذين يعيشون في نفس المنزل مع مريض كوفيد19.
 - الاشخاص الذين لهم إتصال جسدي مباشر مع مريض كوفيد19 (مثلاً السلام باليد).
 - الاشخاص الذين تواجدوا في البيئة القريبة لمريض الكورونا (مثال: سكن، مكان العمل، الفصول الدراسية، طائرة، حافلة، التجمعات) بدون اجراءات احترازية.

2. نصائح وإرشادات أثناء فترة رعاية المريض بالمنزل:

- 2.1 يتم وضع المريض في مكان منفصل عن بقية افراد العائلة على ان تتوفر به تهوية مناسبة. **في حال عدم وجود مكان منفصل يجب مراعاة وجود مسافة 2 متر بين المريض وبقية افراد الاسرة**
- 2.2 يوصى بتخصيص حمام للمريض او المشتبه به اذا امكن.
- 2.3 تخصيص أغذية و مفارش و أواني للاكل خاصة بالمريض و بعد استخدام هذه الأدوات يجب غسلها جيدا بالماء و الصابون مع ضرورة ارتداء جونتات اثناء الغسل.
- 2.4 الالتزام بعدم خروج المريض او المشتبه به من المنزل طوال فترة الحجر او العزل.
- 2.5 منع الزيارة طوال فترة الحجر او العزل المنزلي .
- 2.6 المكوث بالمنزل لمدة 14 يوم.
- 2.7 يتم تخصيص شخص محدد للقيام بالعناية بالمريض او المشتبه به ويجب ان يكون بصحة جيدة ولايعاني من امراض مزمنة او ضعف في المناعة.
- 2.8 الحد من حركة المريض او المشتبه به داخل المنزل والتقليل من التواجد في الأماكن المشتركة (المطبخ،الحمام)
- 2.9 . يجب على المريض لبس الكمامة الطبية على قدر المستطاع خصوصا في الفترات التي يتواجد فيها راعي المريض، و ذلك لاحتواء الافرازات التنفسية، اذا اتسخت الكمامة او اصبحت مبللة يجب تغييرها فوراً.

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



جمهورية السودان
وزارة الصحة الاتحادية
الإدارة العامة للطوارئ الصحية والتحكم في الأوبئة
الإدارة العامة للجودة (إدارة مكافحة العدوى)



- 2.10 إذا كان المريض لا يتحمل لبس الكمامة الطبية يجب عليه الالتزام بتغطية الأنف الفم بمنديل عند العطس او الكحة و جمع المناديل الورقية في سلة نفايات مغلقة حتي يتم حرقها، في حالة عدم توفر مناديل يجب تغطية الأنف و الفم بالكوع عند العطس او الكحة ثم غسل اليدين مباشرة.
- 2.11 يجب على من يقوم برعاية المريض او المشتبه به ارتداء الكمامة الطبية عندما يكون بالقرب منه (على سبيل المثال عند دخول غرفة المريض) و التخلص منها بعد الاستخدام بوضعها داخل كيس مغلق حتي حرقها.
- 2.12 اذا كان المريض او المشتبه به قادراً على تنظيف المكان الموجود به فعليه القيام بتنظيف و تطهير جميع الأسطح الموجودة حوله بصورة دورية باستخدام المطهرات مثل الكلور. في حال وجود شخص يقوم برعاية المريض او المشتبه به، عليه تجنب عملية التنظيف والتطهير بصورة **متكررة** لتقليل خطر الإصابة
- 2.13 لا يجب اعادة استخدام الكمامات او الجونتات.
- 2.14 يجب تنظيف و تطهير الحمام بعد كل استخدام باستخدام الكلور.
- 2.15 شرب السوائل الدافئة أو الفاترة بكثرة .
- 2.16 استعمال مخفضات الحرارة(مثل البندول) عند اللزوم
- 2.17 يمكن اخذ فيتامينات مكملة لدعم العلاج و تتضمن فيتامين سي 1000وحدة يومياً؛ فيتامين دال 25 مايكرو جرام يومياً، كما يمكن اضافة معدن الزنك 15 ملجرام يومياً.
- 2.18 اضافة عسل النحل الطبيعي و الحبة السوداء للمكون الغذائي (مقترح : ملعقة واحد صغيرة حبة سوداء + 2ملعقة عسل) المحاذير: وجود اي تحسس من العسل او الحبة السوداء و مرضى السكري. **بالنسبة لمرضى السكري** يمكن اخذ ملعقة واحدة صغيرة حبة سوداء + ملعقة واحدة صغيرة عسل نحل + كوب من الماء الدافئ (في الصباح.
- 2.19 الرجوع الى الطبيب المعالج لأي رعاية إضافية قد تحتاج إليها في بعض الأوضاع الخاصة مثل حالة الحمل أو بعض الأمراض المزمنة كالسكري، أمراض القلب ، الضغط، الربو، انتفاخ الرئة، ضعف المناعة والسرطان.
- 2.20 اذا اصيب المريض او المشتبه به بأحد الاعراض التالية، يجب الاتصال بالمرفق الصحي المتابع:
- صعوبة او ضيق في التنفس او الم في الصدر.
 - تغير لون الشفاه إلى البنفسجي أو الأزرق.
 - اختلاط الأشباه علي المريض و فقدانه الوعي.
 - عدم القدرة على الافاقة من النوم او استمرار اليقظة
 - قيء و فقدان للسوائل.
 - ظهور علامات الجفاف مثل الدوار عند الوقوف ، قلة البول، أو عند الامتناع عن الرضاعة ، وقلة الدموع عند البكاء لدى الأطفال.
 - حدوث تشنجات.
 - حمى عالية لا تنخفض حتى بعد اخذ مخفضات الحرارة
- 2.21 اذا استدعى الامر الذهاب الى المرفق الصحي/ مركز العزل، حافظ على ارتداء الكمامة و تجنب المواصلات العامة و الاماكن المزدحمة قدر الامكان.
- 2.22 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 0.1%.



3. نصائح و إرشادات للأسرة أثناء فترة رعاية المريض بالمنزل:

- 3.1 يجب على افراد الاسرة البقاء في غرفة غير غرفة المريض المشتبه به الخاضع الرعاية المنزلية بقدر الامكان و الحفاظ على بعد مترين اذا كان لا بد من الاختلاط.
- 3.2 يجب على افراد الاسرة استخدام حمام منفصل عن حمام المريض اذا كان ذلك متاحا. في حال عدم امكانية ذلك يجب تنظيف وتطهير الحمام باستخدام الكلور بعد كل استعمال
- 3.3 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 والتخلص منها بطريقة امنة.
- 3.4 لا يجب اعادة استخدام الكمامات او الجونترات.
- 3.5 محافظة أفراد الأسرة علي أيديهم نظيفة وذلك بغسلها بالماء والصابون و فركها لمدة 20 ثانية على الاقل.
- 3.6 تجنب لمس العين و الفم والانف بأيدي غير مغسولة.
- 3.7 منع زيارة المريض ولا يجب دخول شخص عليه ماعدا الفرد الذي يقوم بخدمته.
- 3.8 تجنب رعاية الحوامل للشخص المريض اذا امكن.
- 3.9 اذا كان هناك شخص من كبار السن او ذوي الاوضاع الخاصة مثل حالة الحمل اوبعض الامراض المزمنة مثل السكري، الضغط، امراض القلب، الربو، انتفاخ الرئة، السرطان، ضعيفي المناعة في المنزل يجب ان يتجنب الاحتكاك مع المريض لضعف المناعة لديهم.
- 3.10 عدم مشاركة المريض ادوات الاستعمال الشخصية مثل الأغطية والمفارش واواني الاكل والشرب وبعد استخدام المريض هذه الأدوات يجب غسلها جيدا بالماء و الصابون مع ضرورة ارتداء جونترات نظيفة اثناء الغسل.
- 3.11 الحرص على التنظيف الروتيني للأدوات والاسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر باستخدام المطهرات مثل الكلور بتركيز الف جزء في المليون (0.1%) (مثل مقابض الأبواب، الريموت كنترول، الهواتف، مفاتيح الانوار، مقعد الحمام، الطاولات، الأسرة) مع ضرورة ارتداء جونترات نظيفة أثناء التنظيف.
- 3.12 غسل ملابس ومفروشات المريض او المشتبه به بالماء والصابون (ماء مغلى لمدة 10-15 دقيقة) و الكلور ثم تجفيفها بمنشفة او تعريضها للشمس ثم كبتها وطبها وحفظها في غرفته
- 3.13 التأكد من ان المساحات المشتركة في المنزل بها تهوية جيدة
- 3.14 في حالة العطس او الكحة الالتزام باداب العطس من تغطية الانف والفم بمنديل و التخلص من المناديل الورقية في سلة نفايات مغلقة حتي حرقها ، و في حالة عدم توفر مناديل يجب تغطية الانف والفم بالكوع عند العطس او الكحة.
- 3.15 على أفراد الأسرة البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 بعد شفاء المريض اذا كانت النتيجة موجبة لمرض كورونا.
- 3.16 اذا أصيب اي احد من افراد الاسرة او المخالطين باى من الاعراض التالية يجب الاتصال على مركز الاتصال 9090 (لجميع الولايات) او 221 (داخل ولاية الخرطوم) و اخطار المرفق الصحي قبل التوجه اليه اذا استدعى الامر:

• حمى.



جمهورية السودان
وزارة الصحة الاتحادية
الإدارة العامة للطوارئ الصحية والتحكم في الأوبئة
الإدارة العامة للجودة (إدارة مكافحة العدوى)



- كحة او الم في الحلق.
- ضيق في التنفس.

4. في الطريق الى المؤسسة الصحية (في حالة عدم توفر إسعاف):

- 4.1 حافظ على ارتداء الكمامة و تجنب المواصلات العامة و الاماكن المزدحمة قدر الامكان.
- 4.2 يجب الحفاظ على اداب العطس، نظافة اليدين و الابتعاد مسافة متر على الاقل من الاشخاص الاخرين في الطريق الى و داخل المرافق الصحية.
- 4.3 أى سطح تم تلوثه في المركبة التي قدم بها المخالط الذي ظهرت عليه الاعراض (من خلال الافرازات التنفسية او افرازات اخرى من الجسم) يجب ان يتم تنظيفه بالماء و الصابون ثم تطهيره بالكلور (بالمسح بقطع نظيفة أحادية الاستخدام) تركيز الف جزء في المليون (0.1%)

تحضير الكلور السائل:

- تحضير الكلور متوسط المفعول الف جزء في المليون (0.1 %):
لتحضير 1 لتر (1000مل) من الكلور يتم أخذ 20 مل من الكلور السائل بتركيز 5% + 980 مل من الماء المغلي المبرد، المقطر أو الماء النظيف.
- يمكن استخدامه أيضا في معالجة المفروشات وملابس المرضى وذلك بغمسها في الكلور لمدة 30 دقيقة ثم غسلها بماء ساخن (60-90 درجة) و تجفيفها و كبتها.
- يتم تحضير الكلور عند الحاجة للاستخدام الفوري حيث ان فعالية المادة المطهرة تقل بعد خلطه بالماء.
- يمنع تماما خلط الكلور مع أي منتجات اخرى و(مثل الديتول أو الفلاش) وذلك تجنباً للتعرض للأبخرة و الغازات السامة التي تنتج عن التفاعلات الكيميائية لهذه المنتجات.