



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

معاونت بهداشت

مرکز سلامت محیط و کار

راهنمای کنترل محیطی

نحوه دفن ایمن اجساد افراد مبتلا یا مشکوک
به کووید ۱۹ (کرونا ویروس)

اسفند ۱۳۹۸ - نسخه دوم

فهرست

دامنه کاربرد

مقدمه

اقدامات کنترلی بهداشت محیطی

ده گام فرآیند

مرحله اول اجرای فرآیند

مرحله دوم اجرای فرآیند

مرحله سوم اجرای فرآیند

نحوه صحیح شستشوی دستها

نکات مهم

گندزدهای سطوح

احتیاطهای لازم برای استفاده از سفیدکنندهها

پوشیدن و درآوردن تجهیزات حفاظت فردی

مراحل برداشتن تجهیزات حفاظت فردی

دامنه کاربرد:

پرسنل بیمارستانی، سازمان مدیریت آرامستان ها (حمل اجساد، غسلخانه، تدفین، وابستگان و همراهان متوفی)

مقدمه:

طبق آخرین اطلاعات، انتقال ویروس کرونا از انسان به انسان از طریق سرفه، عطسه، تخلیه ترشحات بینی و دهان می باشد. این ویروس می تواند در فاصله ۲ متری از طریق سرفه یا عطسه منتقل شود. راه دیگر انتقال، تماس دست ها با محیط و سطوح آلوده به ویروس مانند تجهیزات، دستگیره درب ها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله ها، پریز و کلیدهای برق و کلیه وسایلی که به طور عمومی و مشترک استفاده می شود (اسکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و نظایر آن) بنابراین حائز اهمیت است پس از تماس با هر فرد یا اشیاء مشکوک دست خود را با آب و صابون شستشو دهید.



اقدامات کنترلی بهداشت محیطی

هدف: کاهش غلظت عامل عفونت در هوا، سطوح و اشیاء و قطع زنجیره انتقال

این پروتکل برای اطلاعات در زمینه مدیریت ایمن دفن اجساد بیماران مشکوک یا تایید شده به کرونا ویروس تهیه شده است. این اقدامات نه تنها توسط پرسنل کادر بهداشتی و درمانی، بلکه باید برای همه افرادی که در عملیات مدیریت دفن اجساد بیماران مشکوک یا تایید شده شرکت می کنند، اجرا گردد. فرآیند حمل و نقل جسد و انجام کفن و دفن ایمن شامل ده گام می باشد که در سه مرحله از زمان فوت بیمار تا تدفین اجرا می گردد.

نکات مهم:

- ✓ نظارت بر فرآیند باید به گونه ای باشد تا در طول اجرای فرآیند ازدست زدن به جسد بدون وسایل حفاظت فردی اکیدا خودداری گردد.
- ✓ قبل از هر اقدامی باید خانواده متوفی به طور کامل در جریان مراحل تدفین قرار گرفته و با احترام به اعتقادات مذهبی و شخصی و حقوق ایشان تا زمانی که اجازه نداده اند عملیات تدفین آغاز نگردد.

ده گام فرآیند

- گام اول: مشخص نمودن فضای مناسب (در نزدیکی محل فوت) برای گندزدایی جسد و آماده سازی مواد گندزدایی قبل از ارسال متوفی به سردخانه اجساد (در صورت فراهم بودن شرایط)
- گام دوم: فراهم کردن تجهیزات مورد نیاز از جمله وسایل حفاظت فردی، مواد گندزدا و امثال آن
- گام سوم: پوشیدن تمام وسایل حفاظت فردی (personal protective Equipment)
- گام چهارم: قرار دادن جسد در کیسه مخصوص حمل جسد و گندزدایی محفظه حمل جسد body bag
- گام پنجم: گندزدایی ترالی حمل جسد
- گام ششم: دفع تجهیزات فردی استفاده شده به عنوان پسماند عفونی و رعایت دستورالعمل بهداشت دست ها (مطابق راهنما صفحه ۷)
- گام هفتم: تحویل جسد به سردخانه
- گام هشتم: انتقال جسد با کیسه محافظ به نزدیکترین آرامستان مشخص شده
- گام نهم: حفر قبر متناسب با شرایط منطقه و اقلیم محل
- گام دهم: غسل، کفن و دفن با رعایت نکات بهداشتی و موازین شرعی

مرحله اول اجرای فرآیند

- در صورت امکان، برای گندزدایی جسد قبل از تحویل آن به سردخانه یا غسلخانه فضای مناسبی در محل فوت در نظر گرفته شود. (این فضا شامل، بیمارستان، مراکز بهداشتی و درمانی، منزل و امثال آن می باشد).
- تبصره: در صورت محیا نبودن فضای مناسب جهت گندزدایی، قرار دادن جسد داخل کیسه حمل و گندزدایی آن در داخل کیسه و سپس سطح بیرونی کیسه حمل با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰PPM) الزامی می باشد.
- فضای در نظر گرفته شده برای گندزدایی باید محلی با سیستم تهویه مناسب باشد
- پوشیدن وسایل حفاظت توسط پرسنل عملیاتی (PPE) (مطابق راهنمای صفحه ۱۲)
- انتقال جسد برای گندزدایی

- جسد با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰PPM) گندزدایی شود. (محلول گندزدایی در همان روز باید آماده سازی شود).
- جسد داخل کیسه حمل قرار گیرد و برچسب مبنی بر گندزدایی شدن جسد با ذکر مشخصات مورد نیاز متوفی بر روی آن الصاق گردد.
- ترالی حمل جسد می بایست قبل از ترک اتاق انتظار با الکل ۷۰٪ یا محلول حاوی کلر با غلظت ۵۰۰۰ ppm گندزدایی شود.
- در صورت استفاده از فضای گندزدایی جسد، فضا با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰PPM) گندزدایی شود. (زمان ماند محلول ۵ دقیقه پس از پایان عملیات)
- دفع تجهیزات فردی استفاده شده به عنوان پسماند عفونی و رعایت دستورالعمل بهداشت دست ها توسط کارکنانی که گندزدایی جسد را انجام داده اند صورت پذیرد. (مطابق راهنما صفحه ۸)
- جسد توسط کارکنان مربوطه به سردخانه تحویل گردد.

مرحله دوم اجرای فرآیند

- جسد توسط وابستگان شناسایی شود. (پوشش تجهیزات حفاظت فردی (PPE) برای شناسایی کننده الزامی است).
- جسد پس از تکمیل فرم مربوطه به کارکنان حمل اجساد تحویل گردد. (استفاده از تجهیزات حفاظت فردی PPE برای کارکنان حمل اجساد به آرامستان الزامی است).
- جسد توسط ماشین حمل اجساد به آرامستان انتقال یابد.
- ماشین حمل جسد پس از تحویل جسد به آرامستان با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰PPM) که در همان روز آماده سازی شده است گندزدایی شود. (زمان ماند محلول ۵ دقیقه پس از پایان عملیات) و سپس شستشو شود.

مرحله سوم اجرای فرآیند

- فرآیند شستشو، غسل یا تیمم و تدفین اجساد با رعایت شرایط بهداشتی طبق موازین شرعی ادیان رسمی انجام شود.
- غسل مجهز به وسایل حفاظت فردی PPE باشد.
- جسد با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰PPM) که در همان روز آماده سازی شده است گندزدایی شود.
- بر طبق موازین شرعی جسد غسل، تیمم و کفن پیچ شود.
- آماده سازی کیسه نایلونی برای قرار دادن جسد داخل آن
- جسد داخل پوشش نایلونی قرار گیرد و بر روی آن با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰PPM) گندزدایی شود.
- کلیه مراحل آماده سازی جسد تا قبل از تحویل به خانواده بایستی در محل فوت (شهر/ روستا وامثال آن) انجام شود

- تحویل جسد برای نمازگزاران بر میت
 - بهتر است بر میت در نزدیکترین محل به محل تدفین با رعایت فاصله از نمازگزاران (حداقل فاصله ۲ متر بین میت و نمازگزاران و همچنین با رعایت فاصله در ردیف نمازگزاران) نماز خوانده شود.
 - به منظور جلوگیری یا به حداقل رساندن انتقال عوامل عفونی (مانند کرونا ویروس) از اقدامات ایمنی زیستی باید به درستی پیروی گردد.
 - از انتقال میت به مساجد، اماکن متبرکه و منزل متوفی برای وداع و یا نمازگزاران اکیدا خودداری گردد.
 - در مناطقی که میت با ماشین حمل جسد حمل می شود (به منظور جلوگیری از تجمع و انتقال بیماری)● حفر قبر برای تدفین متناسب با شرایط منطقه و اقلیم محل:
 - در مناطقی که سطح آبهای زیر زمینی پایین باشد عمق قبر حفر شده حداقل ۲ متر می باشد.
 - برای مناطقی که سطح آب های زیر زمینی بالا می باشد متناسب با شرایط محلی، حفر صورت گرفته و محل با نایلون و یا قیر عایق بندی گردد. به گونه ای که هیچ درز و شکافی برای نفوذ به طبقات زیرین خاک نداشته باشد
 - داخل قبر قبل از قراردادن متوفی آهک پاشی شود.
- قرار دادن متوفی در داخل قبر توسط کارکنان تدفین / وابستگان (فرد دفن کننده مجهز به وسایل حفاظت فردی PPE باشد).
- پس از قراردادن سنگ لحد خاکریزی کامل داخل قبر انجام گردد بطوریکه خاک روی قبر از سطح زمین مجاور قبر ۳۰ سانتی متر بالاتر باشد.
- ترجیحا" بهتر است سیمان و بتن کاری بر روی قبر بعد از تدفین انجام گردد (اگر میسر نشد یک هفته بعد از انجام تدفین اقدام شود).
- در تمام مراحل غسل و کفن و دفن متوفی نظارت کارشناس یا نماینده بهداشت (ترجیحا" کارشناس بهداشت محیط و در مناطق روستایی بهورز) الزامی می باشد. (در مناطق روستایی بهورز هم می تواند نظارت کند و الزام به حضور کارشناس بهداشت با حضور بهورز نمی باشد)
- هر گونه تصویر برداری در مراحل غسل و کفن و دفن توسط افراد غیر خانواده متوفی ممنوع می باشد و با ادعای خانواده پیگرد قانونی دارد.
- توصیه می شود ترجیحا متوفی به شهر یا شهرستان و یا استان و کشوری غیر از محل فوت انتقال داد نشود و در صورت متقاضی بودن خانواده جهت انتقال جسد به محل مورد درخواست موارد ذیل باید رعایت شود:

- جسد با برگه تأییدیه بهداشتی مطابق فرم زیر مبنی بر نظارت کارشناسان بهداشت در آماده سازی جهت انتقال تحویل راننده آمبولانس و یا نماینده خانواده متوفی داده شود.

 <p>جمهوری اسلامی ایران وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی</p>			
گواهی می شود:			
متوفی به نام	نام خانوادگی:	نام پدر:	شماره ملی
تاریخ فوت:	علت فوت:		
در مورخ	با نظارت کارشناس بهداشت محیط به نام و نام خانوادگی:		
با محلول هیپوکلریت سدیم ۰,۵ درصد (۵۰۰۰ پی پی ام) گندزدایی و تحویل گردید..			
نام و نام خانوادگی تحویل دهنده		نام و نام خانوادگی تحویل گیرنده	

- گواهی فوت همراه با علت فوت مبنی بر مشکوک یا قطعی کرونا ویروس نیز تحویل راننده آمبولانس و یا نماینده خانواده متوفی داده شود.
- در کانکس آمبولانس حمل جسد توسط نماینده بهداشت یا آرامستان شهر مبدأ پلمب گردد.
- گواهی فوت و تأییدیه بهداشتی مراحل گندزدایی و کفن شهر مبدأ توسط نماینده قانونی (آرامستان یا بهداشت) شهر مقصد مشاهده شود.
- پلمب در آمبولانس توسط نماینده آرامستان یا نماینده بهداشت محل مقصد فک شده و نظارت بر تدفین نیز توسط نماینده بهداشت ترجیحا "بهداشت محیط و یا بهورز با رعایت اصول دفن که در زیر آمده توسط مسئول دفن و یا خانواده انجام شود.

در صورت انتقال به از کشور:

- در صورت تقاضای انتقال جسد به خارج از کشور مطابق مواد ۱۸، ۲۲، ۲۳، ۵۷ مقررات بهداشتی بین المللی ۲۰۰۵ IHR- ویرایش سوم به شرح ذیل اقدام شود:

(آدرس سایت: <https://www.who.int/ihr/publications/9789241580496/en>)

- برای اجرای عملیات انتقال جسد به منظور اطمینان از جابجایی ایمن، استفاده از اقدامات بهداشتی برای حذف عفونت و یا آلودگی صورت پذیرد. (مطابق مرحله اول فرآیند)
- نقل و انتقال اجساد به خارج از کشور یا از خارج به داخل کشور مطابق مقررات بهداشتی بین المللی انجام گردد.
- مسئولیت نظارت بر گندزدایی اجساد ورودی به داخل کشور به منظور حذف و دفع ایمن آلودگی، بر عهده بازرسین بهداشت پایگاه های مرزی می باشد.
- اجساد ورودی به داخل کشور در زمان ورود تحت نظارت مسئولین مربوطه گندزدایی و سپس تحویل گردد.

در صورتیکه جسد در همان شهر یا شهرستان باید دفن گردد:

- نیاز به پلمب در کانکس آمبولانس حمل جسد نیست.
- انتقال جسد به محل دفن مستقیم بعد از آماده سازی و انجام مراحل موازین شرعی با رعایت نکات بهداشتی صورت پذیرد.
- بهتر است تشیع جنازه با حداقل جمعیتی (خانواده و بستگان درجه یک) جهت کم کردن حداکثر تماس های تشیع کنندگان صورت پذیرد. البته ترجیحا " تشیع صورت نپذیرد.
- نیازی نیست کارشناس بهداشت همراه آمبولانس حمل جسد باشد.
- نظارت بر دفن هم توسط نمایندگان بهداشت (کارشناسان بهداشت ترجیحا " بهداشت محیط یا بهورز)

• نحوه صحیح شستشوی دستها:

دستها باید با آب گرم و صابون به مدت ۲۰ ثانیه به طریقه زیر شسته شوند:

- ۱- دستها را مرطوب کنید (در صورت استفاده از صابون) ،
- ۲- از صابون مایع استفاده کنید،
- ۳- کف دستها را خوب به هم بمالید،
- ۴- انگشتان را بشوئید،
- ۵- مچها را بشوئید،
- ۶- بین انگشتان را بشوئید،
- ۷- دستها را آبکشی کنید،
- ۸- با دستمال کاغذی یا حوله یک بار مصرف خشک کنید،
- ۹- شیر آب را با همان دستمال یا حوله ببندید،
- ۱۰- دستمال را سطل زباله درب دار بیندازید،

ما کرونا را شکست می‌دهیم



آنچه در مورد کرونا ویروس، آنفلوآنزا، سرماخوردگی باید بدانید

آیا با روش‌های پیشگیری از بیماری‌های تنفسی آشنا هستید؟



بین انگشتان را از روبرو بشویید



بین انگشتان را در قسمت پشت دست بشویید



دو کف دست‌ها را با هم بشویید



ابتدا دست‌ها را خیس کرده و بعد آن‌ها را صابونی کنید



دور مح معمولاً فراموش می‌شود در آخر حتماً شسته شود



خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشویید



شست دست را جداگانه و دقیق بشویید



نوک انگشتان را در هم گره کرده و به خوبی بشویید



و با همان دستمال شیر آب را ببندید و دستمال را در سطل زباله بیاندازید



دست را با دستمال خشک کنید

● شستشوی مکرر دست‌ها با آب و صابون

● حفظ فاصله از افراد بیمار (حداقل ۱ متر)

● استفاده از دستمال هنگام عطسه یا سرفه (در صورتی که دستمال در اختیار ندارید از آستین لباس خود استفاده کنید)

● دور انداختن دستمال پس از استفاده (به روش بهداشتی)

● استراحت در منزل در صورت بیمار شدن (به ویژه در روزهای بعد از ابتلای بیماری)

● مراجعه به پزشک در صورت احساس تنگی نفس و تشدید علائم بیماری

نکات مهم:

- بازماندگان می‌توانند در صورت نیاز به مشاوره از تلفن تماس ۱۹۰ راهنمایی و مشاوره دریافت نمایند؛
- بازماندگان در صورت مشاهده هرگونه علائم شبیه سرماخوردگی فصلی مانند: تب بالای ۳۸ درجه، سرفه و گلودرد، نارسایی تنفسی و تنگی نفس، علائم گوارشی از قبیل اسهال، نارسایی اعضای بدن به خصوص کلیه‌ها

- و شوک عفونی ضمن مراجعه به سامانه salamat.gov.ir و ثبت گزارش در صورت نیاز باید بلافاصله به مراکز درمانی / خدمات جامع سلامت مراجعه نمایند.
- بازماندگان می بایست در اسرع وقت نسبت به محل سکونت فرد متوفی با محلول های گندزدایی (الکل اتیلیک ۷۰٪ و یا محلول بر پایه کلر با غلظت ؟) اقدام نمایند
 - هنگام گندزدایی و نظافت، سالن‌ها باید خالی از افراد بوده و درها و پنجره‌ها باز گذاشته شوند و جهت تهویه بهتر هواکش نیز روشن باشد.
 - در هنگام گندزدایی ملاحظات لازم به منظور جلوگیری از خطر برق گرفتگی در نظر گرفته شود.
 - گندزداها باید با آب سرد یا معمولی تهیه گردد.
 - محلول‌های گندزدا باید تازه تهیه و استفاده شود (کارایی محلول پس از گذشت ۲۴ ساعت کاهش می یابد).
 - از تی مخصوص فقط برای گندزدایی مکان‌هایی که امکان آلودگی وجود دارد استفاده نمایند.
 - سطل زباله، دستمال‌ها، تی، وسائل نظافت و گندزدایی سرویس‌های بهداشتی باید از وسایلی که برای مکان‌های دیگر استفاده می‌شود، مجزا باشد.
 - در طول مدت نظافت مراقب باشید لباس، دستکش و ماسک پاره نشود و آسیب نبیند و در صورت صدمه آن را تعویض نمایید.
 - لازم است سطوح گندزدایی شده به مدت ۱۰ دقیقه خیس بماند.
 - "تی‌هایی" که برای نظافت کف، دیوار و غیره استفاده می‌شود باید دارای چند "سر" اضافی باشند.
 - پس از استفاده از پارچه‌ها، دستمال نظافت و تی، میبایست در آب داغ شسته و سپس در محلول آب ژاول به مدت ۳۰ دقیقه غوطه‌ور بماند. بعد از آن در دمای اتاق خشک‌شده و برای استفاده آماده باشد.
 - دیوارها، کف، پنجره‌ها، سرویس‌های بهداشتی (روشویی، توالت و حمام)، وسایل داخل آشپزخانه، درها، دستگیره درها، شیرآلات، نرده پله‌ها، صندلی، کمد، کابینت، گوشی تلفن، کنترل تلویزیون، کلید و پرزها، وسایل با تماس مشترک و نظایر آن را ابتدا تمیز و سپس گندزدایی نمایند؛
 - از تماس کافی سطوح با ماده گندزدایی کننده مطمئن شوید.
 - در صورت آلوده شدن دستکش آن را تعویض نمایید.
 - دور ریختن دستکش‌ها در کیسه زباله دردار الزامی است.
 - کیسه زباله را پلمپ کنید و از دفع صحیح آن مطمئن شوید.
 - بعد از اتمام گندزدایی بلافاصله دست‌ها را با آب و صابون بشوید یا ماده ضدعفونی‌کننده با پایه الکلی تمیز کنید از تماس دست قبل از شستشو و گندزدایی با صورت خودداری نمایید.
 - برای تمیز کردن سطوح از هوای فشرده استفاده نکنید.

- لازم است نظافت را از یک نقطه آغاز و در طرف یا نقطه مقابل به پایان برسد.

گندزداهای سطوح:

مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای مجوز

الکل برای از بین بردن ویروس‌ها موثر است. اتیل الکل ۷۰ درصد یک میکروب‌کش با طیف گسترده است و به‌طور کلی از الکل ایزوپروپیل بهتر است. الکل اغلب برای گندزدایی سطوح کوچک و حساس به محلول‌های دارای کلر استفاده می‌شود.

به دلیل قابلیت اشتعال الکل دقت کافی مبذول گردد. استفاده مکرر و طولانی از الکل به‌عنوان گندزدا می‌تواند باعث تغییر رنگ، تورم، سخت‌شدن و ترک‌خوردگی لاستیک و پلاستیک‌های خاص شود.

مواد گندزدا و ضدعفونی کننده بر پایه الکل دارای مواد کواترنر آمونیوم

مطابق دستورالعمل و راهنمای شرکت تولید کننده برای سطوح مجاز

مواد گندزدا و اکسیدان نظیر پراکسید هیدروژن

مطابق دستورالعمل و راهنمای شرکت تولید کننده برای سطوح مجاز

سفیدکننده

گندزدایی‌ای قوی و موثر و در دسترس است که ماده فعال آن هیپوکلریت سدیم در از بین بردن باکتری، قارچ و ویروس از جمله ویروس آنفولانزا موثر است اما به‌راحتی توسط مواد آلی، غیرفعال می‌شود.

گندزداها و سفیدکننده‌های خانگی (با ۱۰ تا ۶۰ دقیقه زمان تماس)، با هزینه کم و به‌طور گسترده در دسترس است و برای گندزدایی سطوح توصیه می‌شود. لازم به ذکر است سفیدکننده‌ها غشاهای مخاطی، پوست و مجاری تنفسی را تحریک می‌کند و تحت تاثیر گرما و نور تجزیه می‌شوند و به‌راحتی با سایر مواد شیمیایی واکنش نشان می‌دهند. بنابراین سفیدکننده‌ها باید با احتیاط مصرف گردند. استفاده نادرست از سفیدکننده از جمله عدم رعایت میزان رقیق‌سازی توصیه‌شده (قوی‌تر و ضعیف‌تر) می‌تواند اثرات آن را برای گندزدا کاهش دهد و باعث آسیب‌دیدگی مصرف کننده گردد.

برای تهیه و استفاده از سفیدکننده رقیق شده رعایت موارد زیر ضروری است:

- استفاده از ماسک، پیش‌بند ضد آب و دستکش و عینک برای محافظت از چشم در برابر پاشیدن توصیه می‌شود.
- محلول‌های سفیدکننده در محل‌های با تهویه مناسب مخلوط نموده و استفاده گردد.
- سفیدکننده با آب سرد مخلوط گردد (آب گرم باعث تجزیه هیپوکلریت سدیم می‌گردد و آن را ناکارآمد می‌نماید).

جدول - راهنمای غلظت و مصرف هیپوکلریت سدیم

<p>محلول اولیه (سفید کننده های موجود در بازار): عمده محلول های سفیدکننده خانگی حاوی هیپوکلریت سدیم ۵٪ معادل (۵۰۰۰۰PPM) کلر قابل دسترس می باشند</p>
<p>محلول توصیه شده برای گندزدایی سطوح آلوده: محلول ۱:۱۰ از هیپوکلریت سدیم ۵٪ توصیه می شود استفاده از ۱ قسمت سفیدکننده به ۹ قسمت آب سرد لوله کشی (محلول ۰,۵٪ برای گندزدایی سطوح)</p>
<p>محلول توصیه شده برای گندزدایی جسد: محلول ۱:۱۰ از هیپوکلریت سدیم ۵٪ توصیه می شود استفاده از ۱ قسمت سفیدکننده به ۹ قسمت آب سرد لوله کشی (محلول ۰,۵٪ برای گندزدایی جسد)</p>
<p>زمان تماس برای کاربردهای متفاوت:</p> <ul style="list-style-type: none"> • سطوح غیرمتخلخل: بیشتر یا مساوی ده دقیقه توصیه می گردد • گندزدایی از طریق غوطه ور کردن ارقام: زمان تماس ۳۰ دقیقه توصیه می شود (برای تی ها، دستمال، لباس، دستکش و نظایر آن) <p>نکته: سطوح باید از مواد آلی تمیز گردد (مانند تمیز کردن مدفوع، استفراغ، ترشحات، خون یا دیگر مایعات بدن قبل از گندزدایی یا غوطه وری)</p>

احتیاط های لازم برای استفاده از سفیدکننده ها:

- سفیدکننده ها موجب خوردگی در فلزات می گردند و به سطوح رنگ شده صدمه می زنند.
- از تماس با چشم باید خودداری گردد اگر سفیدکننده به چشم وارد گردد بلافاصله باید به مدت ۱۵ دقیقه با آب شسته شود و با یک پزشک مشورت گردد.
- از به کار بردن سفیدکننده ها به همراه سایر مواد شوینده خانگی اجتناب گردد زیرا کارایی آن را کاهش داده و می تواند باعث واکنش های شیمیایی خطرناک شود. به عنوان مثال گازهای سمی در هنگام مخلوط کردن سفیدکننده با مواد شوینده اسیدی مانند موادی که برای تمیز کردن توالت استفاده می شود، تولید می گردد و این گاز می تواند باعث مرگ یا جراحت گردد. در صورت لزوم ابتدا از مواد شوینده استفاده نمایید و قبل از استفاده از سفیدکننده برای گندزدایی، کاملاً با آب بشویید.
- سفیدکننده رقیق نشده وقتی در معرض نور خورشید قرار می گیرد گاز سمی آزاد می نماید؛ بنابراین سفیدکننده ها باید در مکان خنک و دور از نور خورشید و دور از دسترس کودکان قرار داده شوند.
- هیپوکلریت سدیم با گذشت زمان تجزیه می شود برای اطمینان از اثربخشی آن از سفیدکننده هایی که اخیراً تولید شده خریداری نموده و از ذخیره بیش از حد خودداری گردد.
- اگر از سفیدکننده رقیق استفاده کنید محلول رقیق شده را روزانه و تازه تهیه نموده و بر روی آن برچسب تاریخ رقیق سازی قید شود و محلول های تهیه شده بلا استفاده را بعد از ۲۴ ساعت دور ریخته بریزید. مواد آلی موجب

- غیرفعال شدن سفیدکننده‌ها می‌گردد بنابراین ابتدا سطوح آغشته به مواد آلی ابتدا باید تمیزشده و قبل از گندزدایی با ماده سفیدکننده عاری از مواد آلی گردد.
- سفیدکننده رقیق‌شده را باید دور از نور خورشید و در صورت امکان در ظروف تیره رنگ و دور از دسترس کودکان نگهداری گردد.
- برای نظافت سطوح لازم است ۲ نوع وسایل مجزا پیش بینی شود و پس از هر بار نظافت (در نیمه شیفت و انتهای آن) دستمال‌ها، تی‌ها و وسایل کفشوی حتماً شسته و گندزدائی شوند تا برای نوبت بعدی استفاده آماده گردند.
- بهتر است جهت زدودن و کاهش بارآلودگی سطوح از عامل بیماری‌زا، ابتدا سطوحی نظیر نرده‌ها، راه‌پله‌ها، صندلی‌ها و مشابه با دستمال مرطوب و آغشته به مواد شوینده یا محلول گندزدا پایه الکل، نظافت و گندزدایی گردد.
- لازم است رطوبت ناشی از آغشته شدن سطوح (میله‌ها، دستگیره‌ها، صندلی و ...) به مواد گندزدا به صورت خود به خودی خشک‌شده و از خشک کردن سطوح با وسایل و یا دستمال دیگری ممانعت به عمل آید. (مهم)
- مدت حدود ۱۰ دقیقه‌ای ماندگاری برای اثربخشی مواد گندزدا بر روی سطوح پیش‌بینی می‌شود.

پوشیدن و درآوردن تجهیزات حفاظت فردی



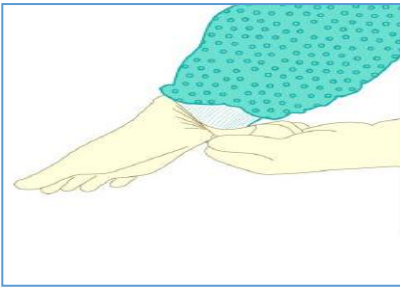
- خطرات را شناسایی و مدیریت کنید.
- تجهیزات حفاظت فردی ضروری را تهیه نمایید.
- مشخص نمایید کجا باید تجهیزات حفاظت فردی پوشیده و درآورده شود.



- لباس حفاظت فردی را بپوشید.
- از پیش‌بند ضد آب استفاده کنید.



ماسک را مطابق شکل بزنید.



ضد عفونی دست انجام شود.
دستکش پوشیده شود (از دستکش‌های لاستیکی برای پاک‌سازی محیط و مدیریت پسماندها استفاده شود).

مراحل برداشتن تجهیزات حفاظت فردی



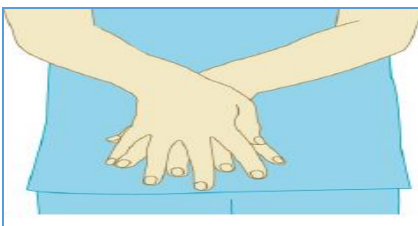
درآوردن پیش‌بند پلاستیک و دفع صحیح آن، اگر پیش‌بند مورد استفاده مجدد قرار می‌گیرد، در یک ظرف با مواد گندزدا قرار داده شود.
اگر روکش کفش پوشیده شده است، آن را درحالی که دستکش در دست دارید، بردارید.
لباس و دستکش را از داخل به خارج بچرخانید و به نحو مناسب دفع کنید.
اگر چکمه‌های پلاستیکی پوشیده‌اید، چکمه‌ها را، بدون دست‌زدن به آنها از پا خارج کنید. چکمه‌های در آورده‌شده را در یک ظرف محتوی مواد گندزدا بیاندازید.



ضدعفونی دست انجام شود.



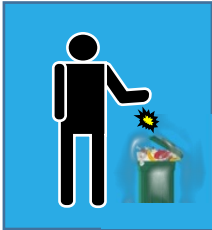
ماسک از پشت سر برداشته شود.



ضدعفونی دست انجام شود.

نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس:

✓ هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بیندازید؛



✓ قبل از خوردن و آشامیدن دست‌های خود را تا بالای مچ به مدت ۲۰ ثانیه با آب و صابون مایع بشویید و در صورت عدم دسترسی به آب سالم از مواد ضدعفونی کننده بر پایه الکل استفاده نمایید؛

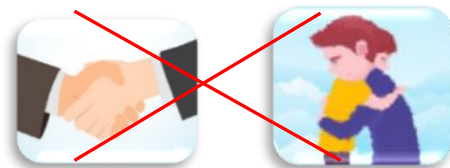


✓ اگر علائم سرماخوردگی دارید در منزل استراحت کنید؛

✓ ویروس‌ها در هوای سرد و خشک انتقال سریع‌تری دارند و باید هوای محیط مرطوب نگه‌داشته شود؛

✓ از تماس با افرادی که مریض هستند خودداری کنید. از روبوسی و دست‌دادن با افراد دیگر بپرهیزید (فاصله ۱ تا ۲ متر از افراد بیمار حفظ شود)؛

✓ گندزدایی سطوحی که در تماس مکرر با آن هستید.



✓ افراد بیمار و مشکوک حتما از ماسک استفاده نمایند.



✓ تقویت سیستم ایمنی با مصرف میوه و سبزیجات تازه؛



✓ از دست‌زدن به چشم، بینی یا دهان خودداری کنید



✓ آموزش به اطرافیان