الجمهورية التونسية
وزارة الشؤون الاجتماعية

دليل الإجراءات الصحية للتوقّي من فيروس «كوفيد-19» مؤسسات الرعاية الاجتماعية

ماي 2020

الـــفـــــهـــرس

لـجـنـة الكتابة 02

مقدمة 03

I- المرض بفيروس الكورونا «كوفيد-19» 04

II- دور المتدخلين داخل المركز 05

1- مدير المركز 05

2- الطبيب المشرف على المركز 07

3- أعوان الرعاية الحياتية والصحية والمربون..... 07

4- أعوان واطارات المركز 07

III- التدابير الحاجزة ضد فيروس «كوفيد-19» 07

1- نظافة اليدين 07

2- القواعد الصحية التنفسية 08

3- التباعد الجسدي 09

IV- الإجراءات التنظيمية 09

1- التصرف في الموارد البشرية 09

2- تدابير الوقاية عند الدخول للمركز..... 10

3-الإجراءات الصحية الخاصة بالمقيمين بمراكز الايواء..... 11

4- إجراءات الوقاية بقاعات الأنشطة التربوية والتأهيلية والترفيهية..... 11

5- الإجراءات الوقائية بقاعات الأكل وأماكن الاستراحة..... 12

6- نظافة المحيط داخل المركز..... 13

7- تهوئة المحلات 13

8- تفاعل المركز مع المزودين 13

V- السلوك الواجب اتباعه في حال اكتشاف عامل أو مقيم يُشتبهُ بإصابته بفيروس «كوفيد-19» 14

الملاحق 15

لـجـنــة الـكــتــابــة

تحت إشراف وزارة الشؤون الاجتماعية، ساهم في كتابة هذا الدليل كل من:

معهد الصحة والسلامة المهنية

الأستاذ حبيب النوايقي
مدير عام معهد الصحة والسلامة المهنية
رئيس الجمعية التونسية لطب الشغل

الدكتورة ماجدة باني
مساعدة استشفائية جامعية في طبّ الشغل

الدكتورة سنية الفهري
طبيبة شغل

الدكتور محمد الشطي
طبيب شغل

الدكتورة ليندا حداد
طبيبة متفقدة للشغل

الدكتورة نسرين كمون
مساعدة استشفائية جامعية في طبّ الشغل

السيد شكري سلطاني
مهندس

السيد سفيان زكري
مهندس

الدكتورة درة الصيد
طبيبة مقيمة اختصاص طب الشغل

الإدارة العامة لتفقد طب الشغل والسلامة المهنية

الدكتور لطفي المحجوب
مدير عام تفقد طبّ الشغل والسّلامة المهنيّة

الدكتورة هيام قلوز
طبيبة متفقدة للشغل

الدكتورة كوثر القلال
طبيبة متفقدة للشغل

الدكتورة هالة الشريف
طبيبة متفقدة للشغل

الدكتورة نادية ليليا ملايكي
طبيبة متفقدة للشغل

الدكتورة وفاء سجيل
طبيبة متفقدة للشغل

الدكتورة إيناس التونسي
طبيبة متفقدة للشغل

السيد إبراهيم سراسرة
مهندس

السيد محمد بن صالح
فني سامي

مقدمة

في إطار متابعة سير عمل مؤسسات الرعاية الاجتماعية (مراكز الايواء) بما يتماشى مع إجراءات رفع الحجر الصحي الموجه، وجب وضع تدابير وقائية صحية للتوقي من فيروس «كوفيد-19» لحماية الإطار العامل بها والفئة المتعهد بها.

ولهذا الغرض تم إعداد دليل موجه لهذه المؤسسات (مراكز) لمساعدتها على وضع تمشي وقائي إلى غاية نهاية الجائحة، اعتمادا على التوصيات الصادرة عن وزارة الصحة.

تكلف الهياكل المختصة بوزارة الشؤون الاجتماعية ووزارة الصحة بمراقبة تطبيق هذه الإجراءات الوقائية المنصوص عليها بهذا الدليل.

ويشمل هذا الدليل مؤسسات الرعاية الاجتماعية الراجعة بالنظر لوزارة الشؤون الاجتماعية التالية:

- مراكز الإحاطة والتوجيه الاجتماعي،
- مراكز الرعاية الاجتماعية للأطفال،
- المركز الاجتماعي لملاحظة الأطفال،
- وحدات عيش لإيواء الأشخاص ذوي الإعاقة،
- مراكز التأهيل المهني للقاصرين عن الحركة العضوية والمصابين بحوادث الحياة.

ملاحظة: التوصيات المذكورة لاحقا، تم إعدادها اعتمادا على المعلومات المتوفرة إلى تاريخ نشر هذا الدليل، ويمكن لهذه التوصيات أن تتطور بحسب تطور المعلومات والمعطيات العلمية حول الفيروس التاجي.

I- المرض بفيروس الكورونا «كوفيد-19» :

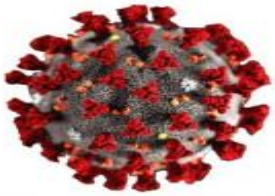
طرق العدوى:

تتم العدوى بالفيروس من إنسان إلى آخر عن طريق:

* تطاير قطيرات محمّلة بالفيروس عند السعال أو العطس،
* لمس الأشياء والأسطح الملوثة بهذه القطيرات ثم لمس الوجه،
* مصافحة أو تقبيل إنسان مصاب.

كورونا المستجد قد يعيش على بعض الأسطح لأيام

سارس-كوف-2، الفيروس المسبب لكوفيد-19 يحتاج إلى مضيف حي ليتكاثر فيه.
وقد أظهرت دراسة جديدة، الفترة التي يعيشها الفيروس خارج جسم الإنسان



في الهواء*	لمدة 3 ساعات
على النحاس	لمدة 4 ساعات
على الورق المقوى	لمدة 24 ساعة
على البلاستيك	بين يومين وثلاثة أيام
على الفولاذ المقاوم للصدأ	بين يومين وثلاثة أيام

نشرت هذه الدراسة في مجلة "نيو إنغلاند جورنال أوف ميديسن" وأجراها علماء من مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (سي دي سي) وجامعتي كاليفورنيا في لوس أنجليس وبرينستون

*استخدم الباحثون البخاخات لنشر الفيروس في الهواء، واكتشفوا من خلال هذه التقنية أن آثارا للفيروس ظهرت على شكل هباء

© AFP

الأعراض:

- تظهر أعراض العدوى بفيروس «كوفيد-19» بعد فترة حضانة تتراوح بين 5 و6 أيام،
- عادة ما تكون الأعراض السريرية تشبه أعراض الأنفلونزا،
- الأعراض الأكثر شيوعا هي الحمّى، الصّداع، السّعال وصعوبة التنفس.

- كما يمكن أن يصاب الشخص بوهن أو تعب، آلام بالعضلات والمفاصل، اضطرابات في الجهاز الهضمي ...،

وتزداد خطورة المرض بفيروس «كوفيد-19» عند المسنين والأشخاص المصابين بأمراض مزمنة (ارتفاع ضغط الدم، أمراض القلب أو داء السكري، الأمراض التنفسية ...)،

كما يمكن أن يكون الشخص حاملا لفيروس «كوفيد-19» ومعديًا قبل أن تبدو عليه العلامات السريرية.

II- دور المتدخلين داخل المركز :

1- مدير المركز :

يسهر المدير على حماية كل الإطار العامل والمقيمين بالمركز. لذا يتعين عليه تحليل خطر العدوى بفيروس «كوفيد-19» ووضع خطة وقائية حسب خصوصية المركز (عدد المحلات المتوفرة، الموارد البشرية، طاقة الاستيعاب، الإمكانيات المادية، ...).

وتتمثل مهامه بالخصوص في:

أ- إحداث خلية أزمة أو تنسيق، تتكوّن من:

- مدير المركز، رئيس،
- رئيس مصلحة الشؤون الإدارية والمالية،

- الطبيب المشرف على المركز،

- ممثل مرجعي «كوفيد-19» يعينه مدير المركز.

وتتمثل مهام هذه اللجنة بالخصوص في:

- إعداد برنامج وقائي من فيروس «كوفيد-19» خاص بالمركز بالاعتماد على هذا الدليل،

- السهر على تطبيق الإجراءات الصحية ومراقبتها وتقييمها.

ب- التواصل مع الإطار العامل بالمركز والمقيمين وعائلاتهم ومسدي الخدمات والمزودين:

يُنصح بالتواصل حول الوضع الوبائي الحالي والاجراءات التنظيمية الجديدة للمركز خلال الجائحة مع:

الإطار العامل بالمركز:

- التنبيه على كل إطار عامل يشكو من أعراض الإصابة بفيروس «كوفيد-19» السابق ذكرها بعدم مباشرة عمله،

- الاعلام بإجراءات الوقاية من خطر العدوى والحرص على احترامها،

- تعيين مسؤول مرجعي «كوفيد-19» من بين الإطار العامل للحرص على تطبيق الإجراءات الواجب اتباعها حسب البرنامج الوقائي الذي تم وضعه ومتابعة مخزون الحاجيات اللازمة للوقاية وحسن توزيعها،

- الإعلام بالإجراءات الجديدة لنظام العمل: العمل بالتناوب، تغيير توقيت العمل، ...

عائلات المقيمين:

الإعلام بالإجراءات الوقائية والتنظيمية الجديدة التي تم اتخاذها بالمركز.

المزودين ومسدي الخدمات:

الإعلام حول القواعد الصحية والتدابير الوقائية الواجب احترامها داخل المركز.

ج- تقييم الحاجيات وتوفير الموارد اللازمة (البشرية والمادية والمالية...) لاحترام شروط حفظ الصحة:

- تعيين فريق التنظيف والتطهير،

- توفير الحاجيات: ماء الجافال، مواد التنظيف، محلول مائي كحولي، صابون، مناديل

2- الطبيب المشرف على المركز:

تتمثل مهامه في:

- تقديم النصائح حول إجراءات الوقاية من فيروس «كوفيد-19»،

- الرجوع إلى المواقع المعلوماتية المنشورة على موقع وزارة الصحة حول الإصابة بفيروس «كوفيد-19» والاطلاع على آخر المستجدات والإجراءات الجديدة الواجب اتباعها.

- وضع إجراءات خاصة بكيفية التعامل مع الحالة المشتبه بإصابتها بفيروس «كوفيد-19» سواء من بين عمال المركز أو المقيمين به.

- تحديد الأشخاص المقيمين الحاملين لأمراض مزمنة ويستوجبون رعاية صحية خاصة.

3- أعوان الرعاية الحياتية والصحية والمربون:

- تطبيق التدابير الحاجزة للتوقي من خطر العدوى بفيروس «كوفيد-19»،

- تحسيس وتدريب المقيمين على تطبيق التدابير الحاجزة.

4- أعوان واطارات المركز:

- تطبيق الإجراءات الوقائية والتنظيمية التي تم الاتفاق عليها للتوقي من خطر العدوى بفيروس «كوفيد-19»، داخل المركز.

III- التدابير الحاجزة ضد فيروس «كوفيد-19» :

1- نظافة اليدين :

أ- غسل اليدين بالماء والصابون:

- عند الدخول إلى المركز،
- قبل وبعد تقديم الأكل أو تغيير الثياب أو تنظيف الغرفة، ....
- قبل وبعد القيام بأعمال الرعاية الحياتية والصحية لكل مقيم.
- قبل كل استراحة وقبل الأكل والشرب،
- بعد استعمال الأدوات التي لمسها أشخاص آخرون،
- تذكير العمال بكيفية غسل الأيدي. وتتم عملية الغسل وفقًا للمراحل المحددة بالملحق 1 (الذي يجب تعليقه عند نقاط غسل الأيدي)،
- عدم ارتداء الخواتم والأساور (فهي خزان للميكروبات وتقلل من فعالية الغسل)،
- تزويد نقاط غسل اليدين بالصابون بانتظام،
- توفير مناديل ورقية ذات الاستعمال الواحد لتجفيف الأيدي،
- **التحسيس ثم الحرص لدى المقيمين بأهمية نظافة الأيدي وكيفية الغسل.**

ب- ارتداء القفازات:

لا ينصح بارتداء القفازات، لأن غسل اليدين هو الإجراء الأولوي. وفي حالة استعمال القفازات ذات الاستعمال الواحد، يجب غسل اليدين قبل ارتدائها. ويبيّن الملحق 2 كيفية ارتدائها ونزعها.

ج- تطهير الأيدي بالمحلول المائي الكحولي:

- في صورة عدم توفر الماء والصابون، يجب استعمال محلول مائي كحولي (يحتوي على 70٪ كحول على الأقل)، ويجب أن تكون الأيدي نظيفة لتطهيرها. ويبين الملحق 3 كيفية التطهير (للتعليق)،
- توفير المحلول المائي الكحولي بالكمية الكافية للعاملين بالمركز.

2- القواعد الصحية التنفسية:

الكمامات الواقية القماشية:

تمكّن، بالإضافة إلى حماية مرتديها، من تجنّب تلوث المحيط والبيئة من خلال تجنب

- يجب تمكين كافة العاملين بالمركز من كمامات واقية قابلة للغسل بالعدد الكافي،

- فرض ارتداء الكمامة عند التنقل من المنزل إلى المركز وخلال كامل يوم العمل وعند العودة إلى المنزل،

- ارتداء الكمامة الواقية واستعمالها باتباع المراحل الموضحة بالملحق 4،

- تغيير الكمامة بمجرد أن تصبح مبللة،

- طريقة غسل وتجفيف الكمامة الواقية القابلة للغسل، تحددها الشركة المصنعة، ويجب الامتثال لتوصياتها لتجنب تآكلها المبكر أو تدهور فعالية ترشيحها.

قناع حماية الوجه (visière de protection)

في بعض الحالات الاستثنائية التي يتعذر فيها ارتداء الكمامة الواقية لأسباب بيداغوجية (التواصل مع الصم) أو علاجية (تقويم النطق)، يجب على المربي أو العون الشبه طبي استعمال قناع حماية الوجه.

التأكيد على التعليمات الصحية التنفسية العامة لدى أعوان واطارات المركز والمقيمين بالمركز:

- تغطية الفم عند السعال بمنديل ورقي ذي الاستعمال الواحد، يتم التخلص منه على الفور في سلة المهملات، التي تحتوي على كيس بلاستيكي للقمامة ولها غطاء (ويفضل أن تكون ذات دواسة)،

- تغطية الأنف والفم عند العطس بمنديل ورقي ذي الاستعمال الواحد، والذي نقوم برميه على الفور في سلة المهملات،

- استعمال منديل ورقي ذي الاستعمال الواحد عند سيلان الأنف والبصق، والتخلص منه على الفور في سلة المهملات،

- توفير سلات النفايات بالعدد الكافي في كل الأماكن،

- غسل اليدين دائما بعد السعال أو العطس أو البصق أو مسح الأنف،

- تجنب لمس الفم أو العينين بالأيدي أو بالقفازات.

- تحسيس كل المقيمين على أهمية هذه التعليمات الصحية التنفسية.

3- التباعد الجسدي:

- المحافظة على مسافة التباعد الجسدي بـ 01 متر على الاقل بين الأشخاص،
- منع التسليم بالعناق أو بالمصافحة،
- تجنب الاتصال الجسدي بين الأشخاص قدر الإمكان.

IV- الإجراءات التنظيمية :

1- التصرف في الموارد البشرية:

احترام التباعد الجسدي بترك مسافة لا تقل عن 01 متر بين الاشخاص

- الحد من عدد الأشخاص المتواجدين في نفس المكان وفي نفس الوقت،
- تجنب التنقلات داخل المركز والمقابلات والاجتماعات، قدر الإمكان.

- **2- تدابير الوقاية عند الدخول للمركز:**

يجب وضع إجراءات للحد من الدخول والخروج والتنقل داخل المركز:

<u>بالنسبة للعاملين بالمركز:</u>

- تقييم يومي للحالة الصحية للعاملين عن طريق الاستبيان المذكور بالملحق 5 قبل الدخول إلى المركز.

ويجب أن يبقى العون المكلف بالقيام بالاستبيان بمدخل المركز، على بعد مسافة لا تقل عن 01 متر مع الشخص الذي يتم تقييمه وأن يرتدي كمامة واقية.

- غسل الأيدي بالماء والصابون أو بمحلول مائي كحولي عند الدخول،
- احترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين العاملين،
- عدم نزع الكمامات،

<u>بالنسبة للزوار (أفراد العائلة...):</u>

- إعلام العائلة بالإجراءات الوقائية التي اتخذها المركز، وذلك بالتحسيس المباشر أو الاتصال عبر الهاتف وتعليق هذه الإجراءات بمدخل المركز.
- في صورة السماح بزيارة المقيمين بالمركز، يجب:

* عدم قبول الزائرين الذين يشكون من حمى او سعال أو صداع، ...

* البرمجة المسبقة للزيارات، مع تحديد يوم وساعة موعد الزيارة (لتجنب الاكتظاظ)،

* التقليص في عدد الزيارات لكل مقيم بقدر الإمكان.

* الاقتصار على زائر واحد لكل مقيم،

* منع اصطحاب الأطفال للمركز،

* احترام قواعد الصحة للدخول الى المركز: ارتداء الكمامة وغسل الأيدي الماء والصابون أو بمحلول مائي كحولي واحترام التباعد الجسدي،

* منع الزوار من إدخال المأكولات أو المشروبات.

3- الإجراءات الصحية الخاصة لحماية المقيمين بمراكز الإيواء:

- وضع الوافدين الجدد للإقامة بالمركز في الحجر الصحي لمدة 14 يوما،

- الحد من عدد الأشخاص الذين يقدمون الرعاية لكل مقيم مسن أو مقيم يشكو من مرض مزمن.

- منع خروج المقيمين من المركز.

- تحسيس المقيمين على تطبيق قواعد الصحة.

- يجب على أعوان الرعاية الحياتية والصحية الذين هم باتصال مباشرين بالمقيمين:

* لباس الكمامة،

* لباس مئزر نظيف مع الحرص على غسله يوميا (تكون درجة حرارة الماء 60°)،

* غسل اليدين بالماء والصابون قبل وبعد القيام بأعمال الرعاية الحياتية والصحية لكل مقيم.

* تطهير معدات العمل قبل وبعد كل استعمال.

4- إجراءات الوقاية بقاعات الأنشطة التربوية والتأهيلية والترفيهية:

- ضبط العدد الأقصى للأشخاص بكل قاعة.

- تنظيم الطاولات بصفة تمكن من احترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين الأشخاص:

* احترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين الطاولات،

* احترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين مكتب المربي وطاولات المستفيدين،

* إبعاد الطاولات عن باب القاعة لضمان احترام مسافة لا تقل عن 01 متر عند الدخول إلى القاعة،

* الحد من التنقل داخل القاعات لتجنب التقاطع بين الأشخاص بوضع إشارات على أرضية القاعة.

- غسل الأيدي بالماء والصابون أو تطهيرها بمحلول مائي كحولي عند الدخول لقاعة التدريب أو الترفيه مع مرافقة ومراقبة الأطفال في ذلك،

- تهوئة القاعات بترك الأبواب مفتوحة وفتح النوافذ قبل دخول المقيمين وبعد خروجهم،

- عند استعمال أدوات مكتبية أو بيداغوجية يدوية، يجب أن تكون هذه الوسائل فردية قدر الإمكان أو تطهيرها إذا كانت مشتركة. كما يجب تطهير كل هذه الأدوات بعد كل استعمال.

- تنظيف وتطهير الأرضية والطاولات والأدوات ومقابض الأبواب بعد الخروج من القاعة.

5- إجراءات الوقاية بقاعات الأكل وأماكن الاستراحة:

- تجنب الصفوف المكتظة واحترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين المقيمين،

- توزيع المقيمين إلى مجموعات صغيرة وضبط تواقيت أكل واستراحة مختلفة من مجموعة إلى أخرى. ويحدد عدد المقيمين بكل مجموعة حسب مساحة القاعة مما يضمن احترام مسافة التباعد الجسدي بينهم (على سبيل المثال، انظر إلى الصورة 1).

الصورة 1: وضعيات الأشخاص حول موائد الطعام

- تنظيم طاولات الأكل بصفة تمكن من احترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين المقيمين،

- تجهيز أحواض غسل الأيدي بالصابون والمناديل الورقية ذات الاستعمال الواحد لتجفيف الأيدي،

- وضع سلات للنفايات بها أكياس بلاستيكية بالقرب من أحواض غسل الأيدي،

- غسل الأيدي قبل الشرب والأكل،

- عدم تبادل أدوات الأكل (الكؤوس والصحون ...)،

- تنظيف وتطهير الأرضية والطاولات ومقابض الأبواب ومقابض مغاسل الأيدي بعد خروج كل مجموعة.

- تهوئة قاعة الاستراحة أو الأكل دوريا.

6- نظافة المحيط داخل المركز :

- تنظيف وتطهير الأسطح بصفة متكررة (الأرضية، مقابض الأبواب والنوافذ، المقاعد، الطاولات، أزرار الإنارة، حنفيات الماء، واقي المدارج، دورات المياه،...)،

للتطهير، استعمال محلول ماء الجافال = 01 مقدار من ماء الجافال 12° + 09 مقادير من الماء

- يجب بداية التنظيف من المنطقة الأكثر نظافة إلى المنطقة الأكثر تلوثا،

- تعديل البخّاخ لبخ المطهر في شكل قطرات كبيرة الحجم وتجنب تكوين الرذاذ الذي يمكن أن يستنشقه الانسان ويتسبب له في تأثيرات سلبية على جهازه التنفسي،

- تجهيز مغاسل الأيدي بالصابون وبمناديل ورقية ذات الاستعمال الواحد لتجفيف الأيدي،

- توفير سلات نفايات بها أكياس بلاستيكية بالعدد الكافي بجانب أحواض غسل الأيدي،

- يجب على عمال النظافة ارتداء ملابس العمل وكمامات وقفازات التنظيف.

- تتم عمليات التطهير بصفة متكررة بدون حضور المقيمين.

7- تهوئة المحلات:

- تهوئة كل المحلات والغرف وقاعات الأكل والاستراحة، بانتظام وذلك بفتح النوافذ والأبواب،

- ترك مصادر التهوئة الطبيعية مفتوحة إن أمكن ذلك (النوافذ ...)،

- بالنسبة للمباني المجهزة بنظام معالجة الهواء (التبريد و/أو التسخين) يجب المحافظة على المد الخارجي للهواء،

- الحرص على حسن سير وصيانة أجهزة التهوئة.

8- تفاعل المركز مع المزودين:

- تنظيم عمليات التزود للمركز وذلك بإعداد إجراءات واضحة يجب على المزود اتباعها،

- تجنب كل اتصال جسدي مع المزودين، وذلك بوضع البضائع على سطح حيث يمكن تطهيرها ثم رفعها، بدلاً من إعطاء البضائع "من يد إلى يد"،

- وضع الوثائق على سطح نظيف لتسليمها ثم استرجاعها مع احترام مسافة تباعد جسدي لا تقل عن 01 متر،

- يجب على كل طرف استعمال قلمه الخاص.

V- السلوك الواجب اتباعه في حال اكتشاف عامل أو مقيم يُشتبهُ بإصابته بفيروس «كوفيد-19» بالمركز :

في صورة ظهور علامات سريرية توحي بالإصابة بفيروس «كوفيد-19» لدى أحد العاملين بالمركز أو المقيمين، يجب أن تكون إجراءات التدخل سهلة وقامت خلية الأزمة بإعدادها مسبقا.

كما يجب أن تكون إجراءات التدخل معلقة ومعروفة لدى كافة العاملين بالمركز.

ما العمل ؟

- عزل الشخص بالمكان المحدد مسبقا وتمكينه من كمامة إذا كان من المقيمين مع ضرورة احترام التدابير الواقية (احترام مسافة لا تقل عن 01 متر بين الأشخاص وارتداء وغسل وتطهير الأيدي بعد التعامل مع المشتبه بإصابته بفيروس «كوفيد-19»)،

- إعلام مدير المركز،

- إعلام الإدارة الجهوية للصحة،

- الاتصال بالرقم 190 في صورة وجود علامات خطورة (اختناق، أوجاع بالصدر، غياب عن الوعي ...)،

- إعلام الأشخاص الذين اتصلوا به حتى يكونوا على يقظة للظهور المحتمل لديهم

- إعداد الإجراءات التي تحدد كيفية تطهير المكان الذي مكث به الشخص المصاب باتباع التوصيات الخصوصية المذكورة بالملحق 6.

الـمـلاحـــق

كيف تغسل يديك؟

اغسل يديك عند اتساخهما بشكل ظاهر للعيان! أو استخدم مستحضرا لفرك اليدين

مدة الإجراء من 40 إلى 60 ثانية

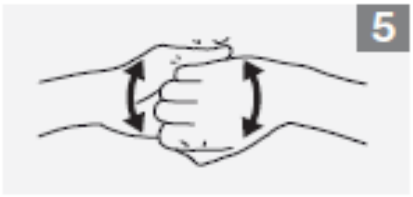
بلل اليدين بالماء.

ضع مقداراً من الصابون يكفي لتغطية اليدين معاً.

افرك اليدين بدعك الراحتين.

افرك ظهر اليد اليسرى براحة اليد اليمنى مع تشبيك الأصابع ثم افعل نفس الشيء باليد اليمنى.

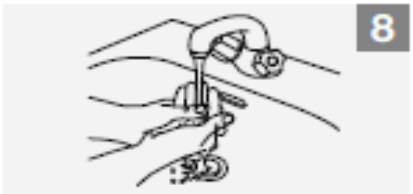
خلل الأصابع وشبكهما مع فرك الراحتين.



افرك بظهر أصابع اليد اليمنى راحة اليد اليسرى ، وظهر أصابع اليد اليسرى براحة اليد اليمنى مع قبض الأصابع.

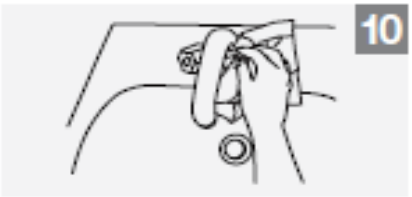
افرك ظهر الكف الأيمن بإبهام اليد اليسرى بشكل دائري ثم افرك ظهر الكف الأيسر بإبهام اليد اليمنى.

افرك راحة اليد اليمنى بحركة دائرية إلى الخلف وإلى الأمام بحيث تشتبك أصابع اليد اليمنى براحة اليد اليسرى والعكس بالعكس.



اشطف يديك بالماء.

جفف اليدين جيدا بمنشفة تستخدم لمرة واحدة فقط.



استخدم المنشفة لغلق الصنبور.

ها قد أصبحت يداك آمنتين لتقديم الرعاية.

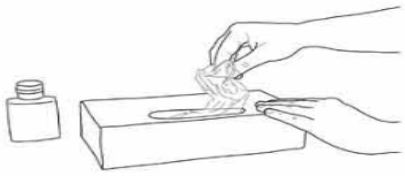
منظمة الصحة العالمية

سلامة المرضى

أنقذوا الأرواح
نظفوا أيديكم

ملحق 1 : كيفية غسل اليدين بالماء والصابون

كيفية ارتداء القفازات



1. Prélever un gant de soins de son emballage d'origine.

2. Ne toucher qu'une surface limitée du gant correspondant au poignet (bord supérieur du gant).

3. Enfiler le premier gant.

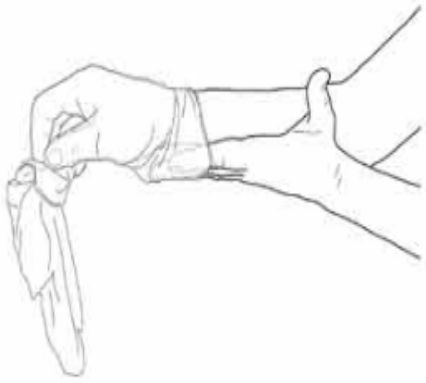
4. Prélever un second gant avec la main non gantée et ne toucher qu'une surface limitée du second gant, correspondant au poignet.

5. Afin de ne pas toucher la peau de l'avant-bras avec la main gantée, retourner la surface externe du gant à enfiler sur les doigts repliés de la main gantée, permettant ainsi d'enfiler le gant sur la seconde main.

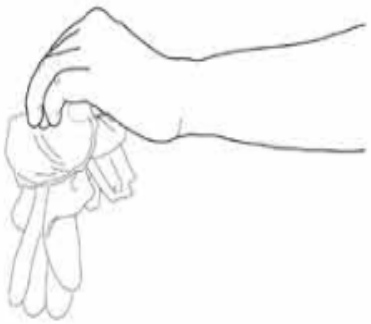
6. Une fois les gants enfilés, les mains ne touchent rien d'autre que ce qui est défini par les indications et les conditions d'usage des gants.

كيفية نزع القفازات

1. Pincer un gant au niveau du poignet afin de le retirer sans toucher la peau de l'avant-bras, en le retournant sur la main, de façon à ce que la surface interne se retrouve à l'extérieur.



2. Tenir le gant retiré dans la main gantée et glisser les doigts de la main dégantée entre le gant et le poignet de l'autre main. Retourner le gant depuis l'intérieur sur la main de façon à ce que la surface interne se retrouve à l'extérieur, tout en enveloppant le gant déjà retiré.



3. Jeter les gants usagés.

ملحق 2: كيفية ارتداء ونزع القفازات
(unice.fr)

الملحق 3 : كيفية تطهير اليدين بالمحلول المائي الكحولي

ملحق 4 : كيفية ارتداء ونزع الكمامة

ملحق 5 : استبيان صحي

(مستوحى من الاستبيان المتاح على الرابط **www.stopcorona.gov.tn**).

❖ هل لديك واحد أو أكثر من هذه الأعراض؟

- حرارتك أكثر من 37,8
- تشكو من سعال (كحة)
- صعوبة في التنفس
- تشكو من إسهال
- تشكو من آلام في الرأس
- تشكو من آلام في المفاصل
- تشكو من نقص في حاسة الشم
- تشكو من نقص في شهية الأكل
- تشكو من تعب غير عادي

❖ هل اقتربت من مريض بـ"الكورونا" في الأسبوعين الماضيين؟

- نعم
- لا

ملحق 6 : طريقة تنظيف وتطهير الأماكن الملوثة بفيروس «كوفيد-19»

المعدات الضرورية لعمال النظافة :

- قفازات للتنظيف فائقة الحماية،
- كمامة واقية من نوع **FFP2**،
- نظارات واقية،
- بدلة عمل واقية ذات الاستعمال الواحد،
- أحذية واقية.

تنظيف وتطهير الاسطح والأرضية :

يُفضّلُ التنظيف والتطهير بالمواد السائلة.

1- التنظيف باستعمال مواد التنظيف،

2- الشطف بالماء،

3- تركها تجف،

4- تطهير الأسطح والأرضيات بمحلول ماء الجافال،

5- تطهير مقبض الممسحة المستعملة،

6- تطهير المماسح والخرق المستعملة ووضعها في كيس بلاستيكي يتم التخلص منه وفق نظام النفايات الخاصة الاستشفائية.

معهد الصحة والسلامة المهنية

العنوان : 5، نهج مصطفى خزندار – 1007 تونس

البريد الإلكتروني : dg.isst@email.ati.tn

الهاتف : 71.561.636 - الفاكس: 71.571.902

الإدارة العامة لتفقد طب الشغل والسلامة المهنية

العنوان : 56، نهج الأطلس – باب الخضراء – 1002 تونس

البريد الإلكتروني : dgimst@social.gov.tn

الهاتف : 71.849.358- الفاكس : 71.796.137