

\* modifiziert nach: "Home Care for Patients with Suspected Novel Coronavirus (2019-nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contact". Interim guidance (WHO, 4 February 2020)

- نگهداری در اتاقی که دارای سیستم گردش هوای خوب است
- مریض نباید اتاق های عمومی مثل اسپزخانه را استفاده کند در غیراینصورت این اتاق ها باید خوب تعویض هوا شود مثل پنجره باز گذاشتن.
- نباید مریض با شخص دیگری در یک اتاق بخوابد در غیراینصورت میبایست شخص سالم در ید تخت جدا و با فاصله بیشتر از یک متر حداقل بخوابد.
- بهتر است نگهداری از بیمار را فقط یک نفر به عهده بگیرد این شخص باید در سلامت کامل به سر ببرد و هیچ مریضی مضمنی یا بیماری خاصی داشته باشد.
- در تمام زمانی که شخص بیمار هنوز علائم بیماری را دارد نباید کسی را به ملاقات بپذیرد.
- مایع ضدعفونی دست ها یا ژل و یا الکل در نزدیکی در خروجی اتاق مریض گذاشته شود (در صورت اینکه قابل خرید برای همه باشد و بشود خریداری کرد).
- بعد از هر ارتباطی با مریض یا لباس و لوازم مریض و یا اتاق مریض دست هایتان را کامل با مایع ضد عفونی ضد عفونی کنید به صورت «۳ میلی لیتر روی دست ها بریزید و تمام دست را با مایع کاملا بمالید ۳۰ ثانیه زمان برای خشک شدن به هیچ چیزی دست نزنید) و یا در صورتی که مایع ضد عفونی ندارید دست هایتان را با مایع دست شویی بشوید.
- تمام اعضای خانواده می بایست با دقت به نظافت اهمیت بدهند.
- شستن مرتب دستان قبل و بعد از آلودگی (مثل تمیز کردن منزل) , آماده کردن غذا , بعد از هر وعده ی غذایی, بعد از توالیت, خرید کردن, و برای انجام دادن دیگر کارها مثل باز کردن درها, زنگ در, از دستکش استفاده کرده و تا می توانید از آرنج خود استفاده کنید. عوض کردن و شستن روزانه نخی و پارچه ای!
- دست ها را بعد از شستن با دستمال های کاغذی و یک بار مصرف خشک کنید در غیر اینصورت دستمال شخصی خود را استفاده کنید و روزانه عوض کنید.
- بیمار می بایست حداقل امکان به صورت داعمی از ماسک محافظ استفاده کند به طوری که دماغ و دهان بپوشاند. در صورت اجتناب یا آلرژی یا نبود ماسک دهان و بینی را هنگام سرفه و یا عطسه با دستمال کاغذی یا دستمال یکبار مصرف بپوشاند( نهایتا دفع آن در سطل زباله)
- در اتاق مریض شخص مراقب می بایست از ماسک و دستکش استفاده نماید.
- در صورت تبدیل و یا برداشتن ماسک فقط و فقط از کش موجود در دو طرف ماسک استفاده کرده, لطفا در صورت خیس شدن و یا آلوده شدن ماسک حتما و حتما آن را عوض کنید.
- ماسک ها و دستکش ها را به هیچ عنوان دوباره استفاده نکنید و بعد از هر بار تماس با ماسک حتما دستان را ضد عفونی و یا با آب و مایع دست شوی بشوید.
- بیمار باید تنها از ظروف شخصی خودش استفاده کند و آنها (ظروف شخص بیمار) باید تنها توسط شخص بیمار استفاده شود و مرتبا شسته شوند.
- در صورت وجود دو توالیت در خانه باید یکی از آنها به بیمار اختصاص داده شود.
- سطوح موجود در اتاق بیمار (مثل میز, تخت, دستگیره های در و غیره....) باید داعما ضد عفونی شوند, حمام و دستشویی می بایست روزانه ضد عفونی شوند.
- برای ضد عفونی کردن سطوح از مواد شست و شو و ضد عفونی کننده موجود در بازار و مخصوص ضد ویروس استفاده کنید, آنها را می توان از فروشگاه های مخصوص مانند dm و یا داروخانه ها تهیه کنید. به هنگام ضد عفونی کردن حتما از دستکش و ماسک استفاده نمایید.

روش های پیشنهادی  
ایضولیره خانگی از بیماران کووید ۱۹  
با علائم بسیار کم بیماری کرونا

\* modifiziert nach: "Home Care for Patients with Suspected Novel Coronavirus (2019-nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contact". Interim guidance (WHO, 4 February 2020) ■

- لباس های مریض, روکش های تخت و غیره.... بیمار در دمای بین ۶۰ تا ۹۰ درجه سانتیگراد بشویید. لباس های نشسته و یا آلوده ی بیمار را در یک کیسه ی جداگانه جمع آوری و از تماس با آن حداقل امکان اجتناب کنید ( در غیر اینصورت تنها با استفاده از دستکش )
  - دستکش ها, ماسک ها, و زباله های دیگر بیمار در اتاق بیمار در یک ظرف در بسته به مدت سه روز نگه داری کرده و سپس به همراه زباله های دیگر خانه دفع کنید.
- توجه داشته باشید که تمام اعضای خانواده باید از تماس با وسایل و چیزهای که با بیمار در تماس بوده تند خودداری کنند ( به طور مثال مسواک و حوله های جداگانه برای شخص بیمار). در زمان تماس با بیمار از لمس صورت, چشم, دهان , و بینی جدا خودداری کنید.