Michigan Department of Community Health

MDCH

OPHP

Office of Public Health Preparedness

رعاية المرضى في منازلهم عند إصابتهم بالأنفلونزا الجائحة

سيتمكن معظم المرضى المصابين بالأنفلونزا الجائحة من البقاء في منازلهم خلال فترة مرضهم ويمكن أن يقوم أفراد أسرتهم أو آخرين من أهل الدار برعايتهم. كلّ من يعيش في منزل به مريض مصاب بالأنفلونزا خلال فترة حضانة المرض والاعتلال يكون معرضاً لخطر الإصابة بالأنفلونزا. أحد المرامي الرئيسية في هذه الوضعية هو الحدّ من نقل الأنفلونزا الجائحة داخل المنزل وخارجه. عندما يقوم أحد أفراد الدار بتقديم الرعاية، ينبغي التشديد على احتياطات أساسية لمكافحة العدوى (على سبيل المثال، عزل المريض المعتلّ ونظافة اليدين). يمكن تذليل انتشار العدوى بين أفراد أهل المنزل إذا تمّ تكليف شخص رئيسي ليقوم بعناية المريض المعتلّ، ومن الأمثل أن لا يكون لهذا الشخص حالة صحية دفينة تجعلهم أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بمرض أنفلونزا وخيم. على الرغم أنه لم تقم بعد أي دراسة بتقييم حسنات استخدام الأقنعة في المنزل من أجل تقليل انتشار العدوى، فأن استخدام القناع الجراحي أو الإجرائي من قبل المريض أو القائم بالعناية أو كلاهما خلال فترة احتكاكهما مع بعض قد يكون مفيداً لهما.

أ. تدبير شؤون مرضى الأنفلونزا

١. يجب عزل المريض المصاب بالأنفلونزا عزلاً طبيعياً عن بقية أهل المنزل الأصحاء بقدر الإمكان.

٢. ينبغي على المرضى عدم ترك منازلهم خلال الفترة التي يكونوا فيها من الأرجح جداً نقل عدواهم إلى الآخرين (أي ٥ أيام بعد بدء ظهور الأعراض). وعندما يتطلب الأمر الخروج خارج المنزل (للحصول على الرعاية الطبية)، ينبغي على المريض إتباع آداب السعال (أي تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس) ولبس قناع جراحي أو إجرائي في حال توافره.

ب. تدبير شؤون أهل المنزل الأصحاء الآخرين

١. ينبغي على الأشخاص الذين لم يتعرضوا إلى الأنفلونزا الجائحة والذين لا يلعبون دوراً أساسياً في رعاية المريض أو مساندته أن لا يدخلوا المنزل بينما يكون الأشخاص معتلين فعلاً بالأنفلونزا الجائحة.

٢. إذا لزم الأمر أن يدخل الأشخاص غير المصابين المنزل، فينبغي عليهم أن يتجنبوا الاحتكاك الوثيق بالمريض.

٣. ينبغي على الأشخاص الذين يعيشون في المنزل مع مريض مصاب بالأنفلونزا الجائحة أن يقللوا من احتكاكهم مع المريض بقدر ما هو ممكن؛ يجب اعتبار تكليف شخص واحد كمقدم رعاية أساسي للمريض.

٤. ينبغي على أفراد أهل الدار أن يرصدوا عن كثب أعراض انتماء الأنفلونزا والاتصال بخط الهاتف الساخن أو بمقدم الرعاية الطبية في حال وقوع هذه الأعراض.

ج. تدابير مكافحة العدوى داخل المنزل

١. ينبغي على جميع أهل المنزل أن يتقيدوا بكل تأنّى بتوصيات نظافة اليدين (أي غسل اليدين بالصابون والماء أو استخدام مساحيق قوامها الكحول لفرك اليدين) بعد الاحتكاك مع مريض مصاب بالأنفلونزا أو بالبيئة التي تقدم فيها الرعاية.

٢. بالرغم من عدم وجود دراسات حول تقييم حسنات استخدام الأقنعة في المنزل من أجل تقليل انتشار العدوى، فأن استخدام الأقنعة الجراحية أو الإجرائية من قبل المريض أو القائم بالعناية أو كلاهما خلال فترة احتكاكهما مع بعض قد يكون مفيداً لهما. إلا أن ارتداء القفازات والوزر الخاصة لا يوصى بها لأفراد أهل الدار القائمون بتقديم العناية في المنزل.

From HHS Pandemic Influenza Plan Supplement 4 Infection Control, March 2009, http://www.hhs.gov/pandemicflu/plan/sup4.html#box2

٣. ينبغي غسل الصحون وأواني الأكل المتسخة إما في غسالة الصحون أو باليد بماء دافئ مع الصابون. ليس من الضروري فصل أواني الأكل التي يستخدمها المريض المصاب بالأنفلونزا عن باقي أواني المنزل.

٤. يمكن غسل الملابس في آلة غسيل عادية بماء ساخن أو بارد مع إضافة مساحيق التنظيف. ليس من الضروري فصل ملابس وشراشف المريض المصاب بالأنفلونزا عن بقية ملابس أهل المنزل. ينبغي الانتباه عند مناولة الغسيل المتسخ (أي تجنب " احتضان" الغسيل) لتجنب التلوث. ينبغي تنظيف اليدين بعد مناولة الغسيل المتسخ.

٥. ينبغي ترك المناديل الورقية التي يستخدمها المريض المعتلّ في كيس منفصل والتخلص منها مع بقية نفايات المنزل. والأخذ بعين الاعتبار وضع كيس لهذا الغرض بجانب سرير المريض.

٦. ينبغي تنظيف كافة سطوح البيئة في المنزل بشكل عادي بعد ذلك.

قواعد النظافة عند التنفس / وآداب السعال

لاحتواء الإفرازات التنفسية، ينبغي على جميع الأشخاص الذين لديهم علامات وأعراض عدوى الجهاز التنفسي بغض النظر عن السبب المفترض إتباع التالي:

- تغطية الأنف/الفم عند السعال أو العطس
- استخدام مناديل ورقية لاحتواء إفرازات جهاز التنفس.
- التخلص من المناديل الورقية بعد استعمالها في أقرب سلة مهملات.
- القيام بتنظيف اليدين بعد الاحتكاك بإفرازات جهاز التنفس والأجسام والمواد الملوثة.

وضع الأقنعة وفصل الأشخاص الذين يعانون من أعراض عدوى تنفسية

خلال فترات تزايد العدوى التنفسية في المجتمع المحلي، ينبغي أن يُقدم للأشخاص الذين يسعلون إما قناع إجرائي (أي بحلقة تلتف خلف الأذن) أو قناع جراحي (أي بربطات) لاحتواء الإفرازات التنفسية. ينبغي تشجيع الأشخاص الذين يسعلون الجلوس بعيداً بقدر الإمكان (حوالي ٣ أقدام) عن الآخرين.