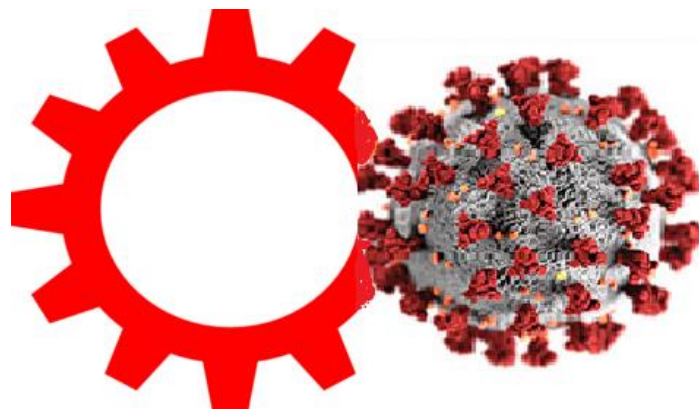




محیط‌های کاری و بیماری COVID-19 (فیزیوتراپی)



تهیه شده در گروه آموزشی طب کار و مرکز تحقیقات بیماری‌های شغلی و طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

تهیه کننده: دکتر محمدباقر خداپرست، دستیار طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

زیر نظر: دکتر رامین مهرداد استاد گروه طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

تاریخ نگارش: اردیبهشت 1399

محیط‌های کاری و بیماری COVID-19 (فیزیوتراپی)

مقدمه:

از آنجا که برخی از علائم بیماری کووید 19 مانند ضعف عمومی، خستگی عضلانی، سرفه و مشکلات تنفسی تا مدتی باقی می‌ماند یکی از مراکزی که میتواند در بهبود این علائم کمک کننده باشد مراکز فیزیوتراپی و توانبخشی است. رعایت اصول و مبانی بهداشتی در این مراکز میتواند از انتقال بیماری به سایر مراجعین و پرسنل مراقبتهای بهداشتی و درمانی جلوگیری نماید و تضمین کننده کنترل سریعتر پاندمی ایجاد شده توسط این بیماری خواهد بود.

گروه هدف:

کارکنان بهداشتی و درمانی شاغل در واحد فیزیوتراپی و توانبخشی

این راهنما جهت پیشگیری و کنترل کووید-19 برای کلیه مراکز و موسسات فیزیوتراپی و توانبخشی تهیه شده است و سایر قوانین، آیین نامه ها، مقررات، دستورالعمل های مرتبط با بهداشت محیط و بهداشت حرفه ای به قوت خود باقی است.

توصیه ها:

1. ساعات فعالیت و شیفت های کاری را کاهش دهید. همچنین تعداد بیماران پذیرش شده توسط مراکز سرپایی فیزیوتراپی را تا حد امکان تقلیل دهید.
2. موارد مشاوره و ارائه خدمت حضوری فیزیوتراپی را صرفاً در موارد کاملاً ضروری انجام دهید. توجه داشته باشید که در بسیاری از مواقع مشاوره ها از طریق سیستم تلفنی و یا مجازی قابل انجام است.
3. تا زمان تثبیت شرایط اپیدمی بیماری، پذیرش بیماران با بیماری های زمینه ای، قلبی عروقی، فشارخون، بیماریهای تنفسی، دیابت، تحت درمان با کورتیکواستروئید، شیمی درمانی، بدخیمی ها، ایدز و بیماران پیوندی را با احتیاط بیشتری انجام دهید.
4. نحوه نوبت دهی به بیماران را به گونه ای مدیریت کنید که حداقل افراد در اتاق انتظار حضور داشته باشند، بطوریکه فاصله حداقل دو متر بین افراد رعایت گردد.
5. نوبت دهی را به صورت تلفنی و یا اینترنتی انجام دهید.
6. در ابتدای ارزیابی، هر بیمار را یک ناقل بالقوه فرض کرده و در صورتی که خود شما بیماری زمینه ای دارید، ضمن بکارگیری لوازم حفاظت فردی با احتیاط بیشتری نسبت به درمان بیماران اقدام کنید.
7. فاصله فیزیکی مناسب (حداقل دو متر) را هنگام شرح حال گرفتن از بیمار رعایت کنید.
8. فاصله ایمن بین مراجعه کنندگان را در زمان نوبت دهی و تشکیل پرونده رعایت کنید.
9. در صورت ضرورت برای ارایه خدمت و رسیدگی به امور بیمار در فاصله کمتر از دو متر، از تجهیزات حفاظت فردی مناسب استفاده کنید.
10. در هنگام صحبت کردن با بیمار و همراه بیمار فاصله حداقل دو متر را رعایت کنید.
11. حتی الامکان فقط بیمارانی را پذیرش کنید که حضور آنها در مرکز ضروری است.
12. وسایل غیر ضروری در اتاق انتظار و سایر قسمت هایی که افراد بیمار در رفت و آمد هستند را به حداقل برسانید.
13. از تماس کارکنان با یکدیگر از جمله دست دادن ممانعت کنید.
14. از تجمع کارکنان در اتاق کار، رختکن، آبدارخانه، اتاق معاینه، اتاق مشاوره و هر جایی که کارکنان می توانند تجمع نمایند ممانعت کنید.

15. به جای دریافت وجه نقد از دستگاه کارتخوان استفاده کنید.
16. از پذیرش مراجعینی که علائم تب و سرماخوردگی دارند در صورتی که ارائه خدمات به آنها اورژانس نباشد خودداری کنید در غیر اینصورت به بیمار ماسک طبی و دستکش ارائه کنید.
17. اگر علائم سرماخوردگی دارید تا بهبودی کامل و کسب تکلیف از مراجع معتبر، در محل کار حضور پیدا نکنید.
18. در صورت تماس با بیماران حین انجام تمرین درمانی، تکنیک های دستی و نظایر آن، بلافاصله دستها را به مدت حداقل 20 ثانیه با آب و صابون مایع بشوید.
19. مواجهه چهره به چهره کارکنان با بیماران و همراهان را کاهش دهید و فاصله ایمن (حداقل دو متر) را رعایت کنید.
20. در اتاق های مشترک بین تخت بیماران و مراجعین (حداقل دو متر) فاصله را رعایت کنید.
21. از تجمع همزمان بیماران در اتاق معاینه، اتاق مشاوره، خدمات توانبخشی و سرویس های بهداشتی جلوگیری کنید.
22. به کلیه بیماران توصیه کنید از آوردن همراهان غیر ضروری خودداری نموده و با حضور در وقت تعیین شده از تجمع در سالن انتظار پرهیز نمایند.
23. همه پرسنل را موظف نمایید در بدو ورود به محل کار، فرم خود اظهاری را مبنی بر عدم وجود علائم تنفسی مرتبط با کووید-19 یا وجود تماس نزدیک با بیمار را تکمیل نمایند. شما هم این فرم را پر کنید.
24. چنانچه براساس ارزیابی سامانه salamat.gov.ir نیاز به قرنطینه خانگی وجود داشت، از ورود به محل کار خودداری و کارفرما را مطلع نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/instructions-covid19/>)
25. دست خود را قبل و بعد از تماس با بیمار، ارائه هرگونه خدمات درمانی به بیماران، بعد از خطر مواجهه با مایعات بدن و پس از تماس با محیط بیمار به روش مناسب تمیز و ضدعفونی نمایید.
26. توجه کنید که نیروهای خدماتی در هنگام نظافت باید از لباس حفاظتی، ماسک و دستکش استفاده نمایند. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/article-covid19/>)
27. برای ثبت حضور و غیاب، ترجیحا از سیستم تشخیص چهره استفاده کنید.
28. در صورت وجود هیدروتراپی، درختکن، استخر و حمام از وسایل بهداشتی شخصی استفاده کنید.

با امید اینکه محیط های کاری نه تنها به منشاء گسترش بیماری تبدیل نشوند، بلکه با آموزش مناسب رعایت

موازین بهداشتی، به کنترل این بیماری در سطح جامعه کمک کنند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر روی این لینک کلیک کنید: <https://crod.ir/covid-19/>