



راهنمای کنترل محیطی

برای مقابله با انفلوانزای با منشأ خوکی (H1N1)

در

مراکز جمعی شبانه روزی

شهریور 1388

راهنمای کنترل محیطی برای مقابله با آنفلوآنزای با منشأ خوکی (H1N1)

در

مراکز جمعی شبانه روزی

شهریور 1388

تعریف :

کلیه پادگانها ، زندانها ، کانونهای تربیت ، مدارس شبانه روزی ، سرای سالمندان و خوابگاههای دانشجویی و مراکز نگهداری معلولین و عقب ماندههای ذهنی .

انتقال ویروس چگونه است ؟

آخرین اطلاعات اعلام می دارد که انتقال این بیماری از انسان به انسان از طریق سرفه، عطسه، تخلیه ترشحات بینی و دهان می باشد. که ویروس می تواند حداکثر تا فاصله 1.5 متری از طریق سرفه یا عطسه منتقل شود. اما راه دیگر انتقال تماس دست ها، با محیط آلوده به ویروس است. مانند تجهیزات ، دستگیره درب ها ، میز یا وسایلی که بطور عمومی و مشترک استفاده می شود. دست تماس یافته با محیط آلوده به ویروس موجب انتقال آن از طریق دست آلوده شده به بینی و دهان و یا چشم می شود.

مدت زمانی که ویروس H1N1 با منشأ خوکی می تواند در محیط باقی بماند و بیشترین

مکان هایی که امکان آلودگی آن را دارد به شرح زیر می باشد :

ویروس در خارج از بدن به مدت 2 تا 8 ساعت زنده می ماند. اما در دمای 75 تا 100 درجه سانتیگراد و در تماس با مواد ضد عفونی کننده و گندزدای محیطی مانند هیدروژن پروکساید، بتادین و الکل و مشابه به راحتی از بین میروند. اما منابع آلودگی در انسان شامل: بینی ، دهان، لب ها، چشم ها و دست ها می باشند. زیرا قسمتهای فوق بیشتر مورد تماس دستها در افراد می باشد .

ویشترین امکان آلودگی محیطی در وسایلی است که به نحوی با دست و صورت انسان در تماس می باشند همانند تجهیزات آشپزخانه ، دستگیره درها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله ها و وسایل عمومی که مورد استفاده مشترک می باشد همانند اسکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و ... بنابراین حائز اهمیت است پس از تماس با هر فرد یا اشیاء مشکوک دست و صورت خود را با آب و صابون شستشو دهید .

مفاد دستورالعمل اجرایی مربوطه :

- 1) متصدی/مدیر/مسئول ملزم به نصب تابلوهای هشدار دهنده با مضمون " بدلیل مقابله با شیوع آنفلوآنزای نوع A لازم است مشتریان قبل و بعد از صرف غذا نسبت به شستشوی صحیح دستهای خود با آب و صابون اقدام کنند .
- 2) رعایت مسایل بهداشت فردی : حتی المقدور پرهیز از دست دادن با یکدیگر به دلیل مسایل بهداشتی و یا استفاده از دستمال کاغذی هنگام عطسه یا سرفه کردن و شستن مرتب دستها با آب و صابون (ترجیحا صابون مایع).
- 3) امکانات لازم برای شستشوی مرتب دستها (آب سرد و گرم و صابون مایع) و شستشوی روزانه یا تعویض انیفورم برای همه پرسنل باید فراهم شود .
- 4) استفاده از هواکش و سیستم تهویه مناسب با توجه به نوع فعالیت و فضای فیزیکی . (بهتر است روزانه دو الی سه با کلیه درب و پنجره به منظور تهویه مناسب تر محیط داخل اطاقها و سالنها بمدت 5الی 10 دقیقه باز گذاشته شود).

- 5) متصدیان / مدیران / مسئولان مراکز موظفند پس از هر سرویس دهی ، در محل‌های سرو یا سلف سرویس‌های مراکز فوق کلیه ظروف پذیرایی ، لیوان، چنگال، کارد، بشقاب و پارچ آب روی هر میز شستشو و گندزدایی نمایند و برای سرویس دهی به مشتریان جدید از سرویس‌های جایگزین استفاده کنند .
- 6) حتی الامکان از پوشش یکبار مصرف برای میز غذاخوری استفاده میشود و پس از هر بار استفاده تعویض گردد
- 7) پارچه هایی که برای نظافت مورد استفاده قرار میگیرند ترجیحاً یکبار مصرف باشد و در غیر این صورت باید پس از هر بار استفاده توسط سفید کننده (محلول هیپو کلریت سدیم آب ژاول) 1% یا هر ماده گندزدای مجاز دیگر مطابق دستورالعمل های مربوطه گندزدایی شوند .
- 8) قبل از عمل گندزدایی برای تمام سطوح ابتدا سطوح را با پارچه نمدار به منظور حذف گردوغبار تمیز نموده و سپس اقدام به گندزدایی گردد .
- 9) محلول گند زدایی کننده (هیپوکلریت سدیم 1% به ازاء هر پیمانه آب ژاول 5 پیمانه آب) یا هر ماده گندزدای مجاز دیگر را در سطل آماده نمائید . استفاده از سایر مواد گندزدایی موثر مجاز به شرط رعایت دستورالعمل مصرف بلا مانع است .
- 10) پارچه را در سطل فروبرده و بعد از آغشته شدن آن پارچه ها را فشرده و با کم کردن آب اضافی آن جهت سطوحی مانند (محل های ورود و خروج ، روی میز و صندلی ، دستگیره ها، کنار پنجره ها ، وسائلی که احتمالاً با دست لمس شده اند مانند کامپیوتر، تلفن و.....) استفاده کنید . از تی مخصوص فقط برای گند زدایی همه مکانهایی که امکان آلودگی وجود دارد استفاده نمایید ..
- 11) سطل و دستمال ها و وسایل نظافت و گند زدایی سرویسهای بهداشتی باید از وسایلی که برای مکانهای دیگر استفاده میشود مجزا باشد .
- 12) در طول مدت نظافت مراقب باشید لباس ، دستکش و ماسک مخصوصتان پاره نشود و آسیب نینند و در صورت صدمه آنرا تعویض نمایید . در صورت استفاده از آب ژاول و سایر مواد گندزدای بودار باز کردن درب یا پنجره اتاقها بعنوان تهویه ی مناسب در طول مدت نظافت ضروری است . لازم است سطوح گندزدایی شده در صورت استفاده از آب ژاول یک درصد ، بمدت 10 دقیقه خیس بماند .
- 13) لازم است نظافت را از یک نقطه آغاز و در طرف یا نقطه مقابل به پایان برسانید .
- 14) متصدی / مدیر / مسئول موظف است تا نسبت به تامین و نصب دستگاه خشک کن دست / دستمال کاغذی در توالتها و سرویسهای بهداشتی اقدام کند .
- 15) امحاء دستمال کاغذی های استفاده شده و همچنین ادوات یک بار مصرف نظافت باید در سطلهای دردار پدالی صورت گیرد و تخلیه مخازن زباله در کیسه های پلاستیکی محکم در آخر هر شیفت توسط مسئول نظافت همان شیفت با توجه به مقررات پیش گفت انجام میگردد .
- 16) کلیه لوازم مورد استفاده بهداشتی برای هر فرد مقیم و پرسنل بایستی خصوصی باشد.
- 17) کلیه پرسنلی که با افراد مقیم در مراکز نگهداری معلولین و عقب ماندههای ذهنی و آسایشگاه سالمندان در ارتباط هستند رعایت دقیق بهداشت فردی لازم و ضروری است .
- 18) برای نماز خانه ها استفاده از مهر و سجاده شخصی و در قسمت خانمها استفاده از چادر نماز شخصی نیز ضرورت کامل دارد .

19) در صورت بروز هرگونه علائم شبیه سرماخوردگی های فصلی در افراد مقیم و پرسنل مانند: حمله ناگهانی تب، بی حالی، درخود فرو رفتن، بی‌اشتهایی و سرفه، سردرد، کوفتگی و درد مفاصل، عطسه، ناراحتی تنفسی، سرخ شدن یا التهاب و آبریزش از بینی و در مواردی نیز تهوع، استفراغ و اسهال باید بلافاصله از ادامه کار منع و به مراکز بهداشتی درمانی/پزشک معتمد ارجاع داده شود و فقط با تاییدیه رسمی این مراکز/افراد به محل کار خود بازگردند. چنانچه بیمار پرسنل این مراکز باشد با هماهنگی لازم با کارفرما در طول مدت غیبت از کار ضمن جایگزینی وی حقوق و مزایای کامل باید در طول این مدت به وی پرداخت شود.

20) تامین میوه های تازه مانند پرتقال ، نارنگی و لیمو شیرین و سبزیجات بصورت استفاده روزانه برای همه ی پرسنل و افراد مقیم توصیه میشود .

21) فرد/افراد مسئول نظافت مراکز فوق در هنگام نظافت باید از ماسک - دستکش - چکمه و لباس کار استفاده نمایند.

دستورالعمل شستن دستها جهت پیشگیری از انتقال ویروس H1N1 :

دستها باید با آب گرم و صابون به مدت 15 تا 20 ثانیه به طریقه زیر شسته شوند

- 1- دستها را مرطوب کنید
- 2- از صابون مایع استفاده کنید
- 3- کف دستها را خوب به هم بمالید
- 4- انگشتان را بشوئید
- 5- مچ ها را بشوئید
- 6- شست را بشوئید
- 7- بین انگشتان را بشوئید
- 8- آبکشی کنید
- 9- با دستمال کاغذی خشک کنید
- 10- شیر آب را با همان دستمال ببندید

دستورالعمل گندزدایی :

نظافت سطوح دارای تماس مشترک شامل : تجهیزات آشپزخانه ، دستگیره درها ، میز و صندلی ، شیرآلات ، نرده پله ها و وسایل عمومی و با کمک مواد شوینده و دستمال تمیز و خشک (ترجیحا دستمال کاغذی یا یکبار مصرف) انجام میگردد سپس توسط مایع سفید کننده (آب ژاول 1%) و با کمک دستمال (کاغذی یا یکبار مصرف) تمیز دیگری گند زدایی انجام میگردد . از مواد گندزدای مجاز دیگر نیز در صورت رعایت دستورالعمل مربوطه می توان استفاده نمود.

توجه :

- الف) سرو نمک ، لفل ، سماق و آب خوردن ترجیحا در بسته بندی های یکبار مصرف انجام گیرد در غیر اینصورت ظروف حاوی آنها باید به روش فوق گند زدایی شود .
- ب) هنگام گند زدایی و نظافت ، سالنها باید در پایان هر شیفت کاری صورت گرفته و درها و پنجره ها باز گذاشته شوند و هواکش جهت تهویه بهتر هوا نیز روشن باشد .
- ج) شستشو و گندزدایی دو مرحله جدا از یکدیگرند و نباید هیچگونه اختلاطی بین مواد شوینده و گندزدا انجام گیرد . لازم است بین دو مرحله شستشو و گندزدایی حداقل حدود 10 دقیقه فاصله زمانی منظور شود .

نکته :

- محلول گندزدا باید روزانه تهیه و استفاده شود (کارایی محلول پس از گذشت 24 ساعت کاهش میابد)
- گندزدا باید با آب سرد یا معمولی تهیه گردد . در صورت استفاده از مواد گندزدای موجود مجاز مطابق دستورالعمل های مربوطه عمل گردد .
- "تی هایی" که برای نظافت کف اتاقها و سالنها و غیره استفاده میشود باید دارای چندین "برس" اضافی باشند . پس از استفاده از هر برس میبایست در آب داغ شسته و سپس در محلول آماده شده ی آب ژاول 10 درصد بمدت 10 دقیقه یا در محلول مواد گندزدای مجاز دیگر طبق دستورالعمل مربوطه غوطه ور بماند ، و سپس در دمای اتاق خشک شده و برای استفاده آماده باشد

ایمنی در کاربرد مواد گندزدا :

- جعبه کمکه‌های اولیه باید در هرایستگاه و یا هر مکانی که مواد شیمیایی مورد استفاده قرار می گیرد در دسترس باشد
- کاربرد هر ماده شیمیایی باید براساس دستورالعمل مصرف و استانداردهای ایمنی تهیه شده توسط تولیدکننده انجام شود
- هنگام تهیه محلول رقیق همیشه باید محلول غلیظ به آب اضافه شود. از اضافه کردن آب به محلول غلیظ خودداری کنید
- تماس پوست با محلول غلیظ موجب سوختگی شدید خواهد شد
- در هنگام کاربرد محلول رقیق تهیه شده باید از پوشش مناسب صورت استفاده شود
- در صورت تماس با چشم باید بمدت 10 دقیقه در آب سرد باز نگاه داشته شود