



## اقدامات در نظر گرفته شده برای ساکنان در بخش ایزولاسیون

### ویروس کرونا چیست؟

ویروس کرونا (Covid-19) یک بیماری است که شباهت فراوانی با آنفلوانزا دارد. این ویروس موجب بروز مشکلات تنفسی، سرفه و تب می‌شود. اغلب مردم پس از ابتلا به این ویروس، سلامتی خود را بازمی‌یابند (معمولاً ظرف 7 روز). برای افراد مسن‌تر و افراد دارای مشکلات ریوی، قلبی یا کلیوی، به عنوان نمونه، این ویروس می‌تواند خطرناک‌تر باشد.

ویروس کرونا بین افراد منتشر می‌شود. وقتی یک فرد آلوده عطسه می‌زند یا نفس خود را بیرون می‌دهد، ویروس از طریق قطرات کوچک مایع داخل بینی یا دهان به بیرون پخش می‌شود. یک فرد آلوده همچنین می‌تواند ویروس را از طریق تماس دست به دیگران منتقل کند. اگر بیمار هستید، باید مطمئن شوید سایر افراد را آلوده نمی‌کنید.

### نشانه‌های آن چیست؟



تب (بالای 37.5 درجه سانتیگراد)



سرفه و یا عطسه



گلودرد



تنگی نفس

### بخش ایزولاسیون چیست؟

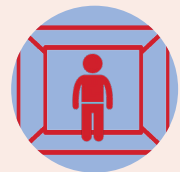
بخش ایزولاسیون، اتاقی است واقع در مرکز پذیرش که در آن افراد به مدت حداقل هفت روز جدا از دیگران نگهداری خواهند شد. افراد در بخش ایزولاسیون نباید با دیگر ساکنان مرکز پذیرش هیچگونه تماس (بدنی) برقرار کنند. ایزولاسیون (جداسازی) برای جلوگیری از بیمار شدن سایر افراد و متوقف نمودن گسترش بیشتر ویروس کرونا الزامی است.

## اقدامات در نظر گرفته شده در بخش ایزولاسیون

در طول حضور در بخش ایزولاسیون، باید موارد زیر را رعایت کنید. بدین ترتیب، اطمینان حاصل می‌شود افرادی که وارد بخش ایزولاسیون می‌شوند را به ویروس کرونا مبتلا نمی‌کنید.

### در اتاق خود بمانید

- در اتاق خود یا در بخش ایزولاسیون بمانید.
- تنها به دلایل اضطراری یا انجام امور بهداشتی از بخش ایزولاسیون خارج شوید.
- هنگامی که از بخش ایزولاسیون خارج می‌شوید، ماسک بپوشید.



### بهداشت شخصی شما

- دست‌های خود را مرتباً با آب و صابون بشویید
- قبل از غذا خوردن
- بعد از هر بار رفتن به توالت
- بعد از سرفه زدن یا عطسه زدن
- هر گاه اتاق‌تان را ترک می‌کنید
- تا می‌توانید از لمس کردن صورت خود خودداری کنید.
- رعایت بهداشت شخصی خود را ادامه دهید.



### از دستمال کاغذی استفاده کنید

- از دستمال کاغذی نو در هنگام سرفه زدن یا عطسه زدن استفاده کنید.
- دستمال کاغذی را در یک سطل زباله دربدار دور بیندازید.
- اگر دستمال کاغذی ندارید، در آرنج خود سرفه یا عطسه کنید.



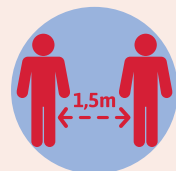
### از وسایل شخصی خود استفاده کنید

- وسایل شخصی خود (مسواک، قاشق و چنگال، البسه، حوله، ملحفه، پتو و غیره) را با دیگران به اشتراک نگذارید.
- سیگار خود را به دیگران ندهید.



### فاصله را حفظ کنید

- فاصله ۱,۵ متری را از سایر افراد حفظ کنید (همچنین در صورت امکان، فاصله ۱ متری در اتاق تان)
- شما اجازه پذیرایی از میهمان یا ملاقات کننده در اتاق یا بخش ایزولاسیون ندارید.
- از زدن ماسک در بخش ایزولاسیون خودداری کنید.
- تنها پرسنلی که باید وارد بخش ایزولاسیون شوند، از ماسک صورت استفاده خواهند کرد.



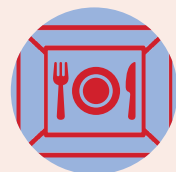
### اتاق خود را تمیز نگه دارید

- تمام سطوحی را که لمس می کنید (میز، دستگیره های درب، کف، توالت، و غیره) با استفاده از ماده تمیزکننده هر روز تمیز کنید.
- درب توالت را ببندید و سیفون آن را بکشید.
- لباس های کثیف خود را در کیسه ارائه شده قرار دهید. لباس های کثیف تان جمع آوری شده و شستشوی آن برای شما انجام خواهد شد.
- پنجره ها را روزی ۳ بار باز کنید تا هوای اتاق تهویه شود.
- زبانه ها، دستمال های کاغذی و آشغال را در سطل زباله دور بریزید. درب سطل زباله را ببندید.



### در اتاق خود غذا بخورید

- غذای شما در اتاق تان داده خواهد شد. از رفتن به سالن غذاخوری خودداری کنید.
- پس از صرف غذا، در صورت امکان، ظروفی که یک بار مصرف نیستند را با آب و صابون بشویید در کنار درب اتاق تان قرار دهید. ظروف جمع آوری خواهند شد.



### مراقبت های پزشکی شما

- عضوی از تیم پزشکی به صورت منظم از بخش ایزولاسیون شما بازدید خواهند نمود. دستورالعمل های آنها را بلااستثناء رعایت کنید.
- شخصاً مجاز به مراجعه به خدمات پزشکی یا مرکز پذیرش نیستید.
- اگر به دلیل وخیم تر شدن نشانه های بیماری خود (تب بالا، تنگی نفس)، به کمک شخصی از تیم (پزشکی) نیاز دارید، لطفاً با این شماره تماس بگیرید
- در اتاق خود بمانید و منتظر باشید.
- در صورت لزوم، پزشک یا پرستار برای ویزیت شما به اتاق تان مراجعه خواهد نمود.



### ادامه دهید!

ما می دانیم که زندگی در قرنطینه راحت نیست. لطفاً به خاطر داشته باشید که اقامت شما در بخش ایزولاسیون موقت است. با رعایت دقیق این مواد، اطمینان حاصل می کنید دوستان، خانواده و سایر افراد در مرکز پذیرش مریض نخواهند شد. با این کار تبدیل به قهرمانی برای عزیزان تان خواهید شد. از اینکه این موارد ایمنی را رعایت می کنید، از شما سپاسگزاریم و برای تان آرزوی سلامتی سریع داریم!

سؤالی دارید؟ احساس افسردگی می کنید؟ می توانید با تیم پزشکی یا



پرسنل مرکز پذیرش تماس بگیرید. تلفن تماس: