



## بیمارستان امیرالمؤمنین (ع) قم

### راهنمای آموزش بیماران

# مراقبت‌های بعد از ترخیص و جداسازی بیمار



واحد آموزش بیمار و ارتقای سلامت همگانی

۱۰. در زمان تمیز نمودن محیط زندگی بیمار، بایستی از دستکش‌ها و لباس‌های محافظ و یا پیش‌بند به منظور جلوگیری از رسیدن ترشحات به بدن استفاده شوند و تا زمانی که سطح آن‌ها تمیز است می‌توان از آن‌ها استفاده کرد؛ می‌توان از دستکش یک بار مصرف و یا دستکش خانگی استفاده کرد. دستکش‌های خانگی بایستی با آب و صابون یا محلول ضدعفونی کننده شسته شود. دستکش یک بار مصرف بایستی پس از استفاده دور انداخته شود.

۱۱. زباله‌های مرتبط با بیمار، بعنوان زباله عفونی در نظر گرفته شده و در سطل درب‌داری نگهداری گردد که دارای کیسه پلاستیکی ضخیم باشد.

۱۲. از انواع مواجهه با لوازم آلوده که در ارتباط مستقیم با بیمار هستند اجتناب شود.

۱۳. از به اشتراک گذاشتن ظروف غذا، لیوان یا فنجان، حوله و وسایل خواب بیمار با دیگر اعضای خانواده باید خودداری شود؛ و باید ظروف بلافاصله پس از استفاده، با مواد شوینده شستشو داده شوند.

۱۴. خودداری از تکان دادن ملحفه‌ها، امکان پخش ویروس در هوا را به حداقل می‌رساند.

۱۵. لباسها یا ملحفه‌های خیلی کثیف که با مایعات بدن مانند استفراغ یا اسهال آلوده شده‌اند، با رضایت و اطلاع صاحب آن دور انداخته شود.

۱۶. برای ویزیت‌های بعدی تا حد امکان به همان پزشک قبلی مراجعه شود.

#در\_خانه\_بمانیم #کرونا\_را\_شکست\_می\_دهیم #من\_ماسک\_می\_زنم

با آرزوی سلامتی برای شما  
سوپروایزر آموزش بیمار - ش. اکبریان

تأیید شده توسط خانم دکتر تبرایی  
متخصص بیماریهای داخلی  
عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی قم

۶. مراقب بایستی از ماسک طبی استفاده کند؛ به طوری که دهان و بینی به صورت کامل پوشانده شود و در طول استفاده از ماسک به آن دست نزنند.

۷. لباس، ملحفه، حوله‌های حمام و دست، روزانه و به طور مرتب با مایع شوینده و یا در ماشین لباسشویی با آب ۶۰ تا ۹۰ درجه شسته و کاملاً خشک شوند.

۸. سطوحی که بیمار با آن‌ها در تماس است (میز، تخت، مبلمان و...) بایستی روزانه تمیز و ضدعفونی شود. برای ضدعفونی کردن این وسایل می‌توان از شوینده‌های خانگی، استفاده کرد.

۹. باید تا حد امکان سرویس بهداشتی (حمام و دستشویی) مجزایی در اختیار بیمار قرار داده شود. در صورت عدم امکان، سطوح توالت و حمام مورد استفاده بیمار، پس از هر بار استفاده، شسته و ضدعفونی شود. حداقل ۲ ساعت فاصله زمانی استفاده بیمار و سایرین از سرویس بهداشتی، در نظر گرفته شود.

