



## مؤشرات لتسيير الأشخاص خلال العزلة المنزلية و/أو الحجر الصحي

1. يجب أن يبقى الشخص المصاب في غرفة مخصصة وجيدة التهوية، إذا كان من الممكن مع حمام مخصص، وعليه ان ينام بمفرده. في حالة توفر حمام واحد فقط، يجب تنظيف الحمام بعد الاستخدام بمنتجات على أساس الكلور بنسبة 0.5% من أو بنسبة 70% من الكحول.
2. استبعد أي نظام لإعادة تدوير الهواء.
3. الحد من تحركات الأشخاص في المناطق المشتركة من المنزل. تأكد من أن المساحات المشتركة (مثل المطبخ والحمام) هي جيدة التهوية (مثل إبقاء النوافذ مفتوحة). عند وجود أشخاص آخرين، حافظ على مسافة متر واحد على الأقل وتجنب كليا أي اتصال مباشر.
4. تجنب أي تقاسم محتمل للأشياء مع الآخرين. يجب أن يستخدم كل فرد الشراشف والمناشف ومناشف الحمام والأطباق المخصصة له. اغسلها بعناية بمنظف عادي قبل السماح للآخرين بإعادة استخدامها.
5. هناك حظر على التنقل أو السفر وجوب البقاء قابلاً للاتصال بك من أجل أنشطة المراقبة.
6. هناك حظر على استقبال الزائرين حتى نهاية فترة العزل و/أو الحجر الصحي إذا كان المريض بدون أعراض، وفي أي حال حتى الشفاء السريري إذا كانت له الأعراض.
7. يجب أن يرتدي الشخص قدر الإمكان قناعاً جراحياً لاحتواء إفرازات الجهاز التنفسي. إذا ليس من الإمكان الالتزام بذلك، يجب مراعاة قواعد النظافة التنفسية (تغطية الأنف والفم باستخدام المناديل عند العطس أو السعال، والسعال في الكوع؛ والتخلص من المناديل الورقية في كيس القمامة يكون مزدوج ومقاوم للماء ورميه في صندوق قمامة مغلق بفتحة دواسة الرجل؛ اغسل يديك على الفور).
8. يجب أن يكون الأشخاص المكلفون برعاية الفرد المصاب في صحة جيدة، ولا يعانون من أمراض مزمنة أو من أمراض تهدد جهازهم المناعي.
9. يجب أن يرتدي الأشخاص الذين يساعدون الشخص المصاب قناعاً جراحياً والذي يمكن استبداله من حين إلى آخر (والذي يجب عدم لمسه أثناء الاستخدام ويجب تغييره إذا كان مبللاً أو تالفًا)، ثم يمكن التخلص منه في كيس مزدوج مقاوم للماء وسيتم رميه في صندوق قمامة مغلق بفتحة دواسة الرجل، ثم يتبع ذلك غسل اليدين. إذا أمكن، احتفظ بمسافة لا تقل عن متر واحد من الشخص.
10. يجب على المتعايشين ومقدمي الرعاية تجنب أي اتصال مباشر مع الشخص المصاب. إذا اشتملت المساعدة على ملامسة إفرازات الجهاز التنفسي أو البراز أو البول، فيجب استخدام القفازات التي تستخدم لمرة واحدة، والتي يجب بعد ذلك التخلص منها بعناية في كيس مزدوج مضاد للماء في صندوق قمامة مغلق بفتحة دواسة الرجل، متبوعاً بغسل اليدين.
11. قم بتنظيف وتطهير مرة واحدة على الأقل يومياً أسطح الغرف التي يستخدمها الشخص المصاب بالمنظفات وبعد ذلك بمنتجات تعتمد على 0.5% من الكلور النشط أو بنسبة 70% من الكحول، مع إيلاء اهتمام خاص للأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر. يجب ارتداء ثوب يمكن التخلص منه (أو مئزر مخصص لذلك) وقفازات يمكن التخلص منها؛ في حالة استعمال القفازات المنزلية المطاطية السمكية القابلة لإعادة الاستخدام، يجب تنظيفها وتعقيمها بعد الاستخدام.
12. لا تهن الملابس الداخلية للشخص المصاب، ضعها في كيس مخصص، منفصل عن ملابس باقي أفراد الأسرة، واغسله في الغسالة على الأقل بدرجة حرارة 60 لمدة ثلاثين دقيقة، باستخدام منظف عادي. استخدم القناع والقفازات الجراحية أثناء هذه الإجراءات.
13. النفايات (القفازات، والأقنعة، والمناديل، وما إلى ذلك) التي يستعملها الشخص المعزول أو خلال نشاطات المساعدة، يجب التخلص منها في كيس بلاستيكي مزدوج مغلق ويجب وضعها في صندوق مغلق.
14. على الرغم من أنه حاليًا لا يوجد دليل على أن الحيوانات مثل الكلاب أو القطط يمكن أن تكون مصدرًا للعدوى للإنسان، لأغراض احترازية بحتة، يُقترح الحد من الاتصال بالحيوانات.
15. اغسل يديك (بالماء والصابون لمدة 40 ثانية على الأقل، أو بمحلول مائي كحولي):
  - بعد الاتصال بالشخص المصاب أو بيئته؛
  - قبل وبعد تحضير الوجبة، وعند استخدام الحمام، وعند النفث الأنفي، وفي أي حال فيما يتعلق بالملامسات الخطرة المحتملة؛
  - قبل وبعد ارتداء / خلع معدات الوقاية الشخصية (قناع، قفازات، إلخ).

يقوم SISP (أو بدلاً من ذلك MMG/PLS وفقاً للمنظمة ووفقاً للتطور الوبائي) بالاتصال عن طريق الهاتف، مرة واحدة يومياً، بالشخص المصاب التواجد في العزل، والذي تتم دعوته أيضاً لقياس درجة حرارة جسمه وتسجيلها مرتين يومياً والاتصال بـ SISP / 118 فقط عبر الهاتف في حالة ظهور الحمى أو تفاقمها أو أعراض أخرى.