

**پروتکل بهداشتی مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی و مراکز گردشگری (هتل، متل، مهمان‌پذیر و مهمان‌سرا)
(مدیریت هوشمند محدودیت‌ها)**



معاونت بهداشت

نسخه سوم- آبان ۱۴۰۰

کد ۳۰۶/۱۳۴

فهرست

مقدمه	۲
دامنه کاربرد	۲
موارد مهم	۲
فاصله‌گذاری اجتماعی	۳
غربال‌گری، مراقبت و بازتوانی	۴
۱. غربالگری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹	۴
۲. مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر	۴
3. بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹	۵
اقدامات کنترلی سلامت محیط و کار	۵
۱. بهداشت و حفاظت فردی	۵
۲. بهداشت مواد غذایی (در صورت وجود بوفه یا هرگونه محل عرضه مواد غذایی)	۷
۳. بهداشت ابزار و تجهیزات	۷
۴. بهداشت ساختمان	۹
۵. تهویه	۱۰
نکات مهم	۱۱
آموزش بهداشت	۱۳
پیوست ۱: روش درست شستشوی دست‌ها	۱۵
پیوست ۲: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس	۱۷

مقدمه

با توجه به توسعه واکسیناسیون عمومی که در کنترل مدیریت بیماری کرونا که از اهمیت بالایی برخوردار می باشد. لذا طرح جدید مدیریت هو شمند بر اساس روند رو به رشد واکسیناسیون عمومی برنامه ریزی شده است. بر اساس طرح مذکور فعالیت های شغلی در تمام شرایط پاندمی کرونا به شرط رعایت پروتکل های بهداشتی و انجام واکسیناسیون منعی ندارد. از طرفی به عنوان یک اصل کلی، انتقال ویروس های تنفسی از انسان به انسان، به طور عمده از طریق ریز قطرات تنفسی، سرفه، عطسه، تخلیه ترشحات بینی و دهان و لمس اشیاء آلوده می باشد. این ویروس می تواند در فاصله ۲ متری منتقل شود. از دیگر راه های انتقال، حضور در فضای بسته با هوای راکد، در صورت حضور فرد بیمار و ناقل است. با توجه به شیوع نوع دلتا و انواع سوش های دیگر، شدت و سرعت انتقال ویروس بیشتر شده لذا علاوه بر پوشش مناسب واکسیناسیون جامعه، رعایت فاصله ۲ متر، استفاده مستمر از ماسک در اماکن عمومی و به ویژه در فضاهای بسته، ضد عفونی دست و گندزدایی محیط و سطوح مشترک، کنترل تهویه مناسب محیط های بسته، سالن ها و راهروهای مسقف بایستی در اولویت راه های کنترل قرار گیرد.

دامنه کاربرد

هتل ها، متل ها، مهمان سراها، مسافرخانه ها، مراکز اقامتی گردشگری و بوم گردی همه مراکز مرتبط ملزم به رعایت این پروتکل بوده و در صورت عدم توانایی رعایت الزامات مرتبط حق فعالیت را نداشته و مسئولیت این موضوع با رئیس اتحادیه یا سازمان مسئول می باشد.

موارد مهم

- مراکز موضوع این پروتکل، به شرط انجام واکسیناسیون (یک دوز یا دو دوز) شاغلین یا تست PCR منفی معتبر حداکثر ۷۲ ساعته و رعایت پروتکل حاضر، مجاز به مجاز به فعالیت طبق طرح هو شمند محدودیت های مصوبه ستاد ملی می باشند
- مشاغل این گروه، برای ادامه فعالیت، دارای کارت واکسیناسیون یا تست PCR منفی معتبر حداکثر ۷۲ ساعته باشند.
- مشاغل این گروه مورد بازرسی سطح بندی شده قرار خواهند گرفت (متصدی واحد، بازرسان اتحادیه و اتاق اصناف، ممیزان و بازرسان وزارت بهداشت).

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا و بروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- صحت سنجی کارت واکسن و یا تست PCR منفی ۷۲ ساعته توسط ناظران از طریق سامانه‌های موجود و در اختیار انجام شود.
- در صورت عدم توجه به واکسیناسیون، با واحد مربوطه مطابق مصوبات ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا به عنوان عدم رعایت پروتکل‌های بهداشتی برخورد خواهد شد (از جمله اقدامات قانونی مانند: عدم تمدید کارت بهداشت، صدور عدم صلاحیت مشاغل برای دریافت پروانه).

فاصله‌گذاری اجتماعی

یکی از راه‌های کاهش مواجهه و قطع زنجیره انتقال، رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی است. از آنجا که محل‌های کسب و کار یکی از اماکن تجمع محسوب شده که می‌تواند سبب انتقال بیماری گردد و از طرفی حفظ سلامت نیروی کار و مراجعین از اهمیت بالایی برخوردار است لازم است مقررات ویژه‌ای از طریق فاصله‌گذاری اجتماعی علاوه بر رعایت اصول بهداشتی برای کاهش مواجهات در نظر گرفته شود.

در این راستا لازم است موارد زیر رعایت شود:

- از ورود افراد بدون ماسک جلوگیری نموده و یا قبل از ورود به داخل مراکز مذکور به ایشان ماسک ارائه گردد.
- ارائه خدمات به افراد بدون ماسک ممنوع می‌باشد و در صورت مشاهده چنین مواردی صاحب کسب و کار مسئولیت آن را برعهده خواهد داشت.
- فاصله ۲ متر جهت پیشگیری از بروز بیماری رعایت گردد (رعایت فاصله ایمن بین میهمان/ مشتریان، کارکنان، به میزان حداقل دو متر)؛
- از تجمع در محیط‌های مشترک از جمله رختکن، آبدارخانه، انبار و یا اطراف محیط کار اجتناب گردد.
- یکی از بهترین روش‌های فنی و مهندسی جهت حذف و یا کاهش مواجهات مستقیم کارکنان با میهمان/ مشتری استفاده از موانع فیزیکی شیشه‌ای یا پلاستیکی برای کاهش مواجهات می‌باشد. لذا از محافظ یا شیلد‌های محافظتی (پلاستیکی/ شیشه‌ای) برای میز صندوق دار، اطلاعات نگهبانی و سایر پرسنلی که مواجهه زیادی با افراد دارند استفاده شود.
- در صورت مواجهه و روبرو شدن با میهمان/ مشتری حداقل فاصله دو متری را رعایت کنید.
- در صورت فعال بودن اتاق استراحت کارکنان و شاغلین، رعایت فاصله ایمن حداقل دو متری رعایت گردد.
- در صورت فعال بودن سرویس ایاب و ذهاب کارکنان، از ۸۰ درصد ظرفیت سرنشین خودرو برای جابجایی کارکنان استفاده شود.

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- افزایش تعداد سرویس‌های ایاب و ذهاب برای رعایت فاصله‌گذاری ایمن در جابجایی کارکنان صورت پذیرد.
- رعایت فاصله ایمن حداقل دو متر از طرفین در قسمت‌های عمومی از جمله نمازخانه، سلف سرویس و مسیر ورود خروج الزامی است.
- کاهش مواجهه چهره به چهره کارکنان با مشتریان/ مهمانان
- پرسنل از ازدحام و تجمعات جلوگیری نموده و ارائه خدمات به صورتی انجام شود که صف ایجاد نشود.
- در محل‌هایی چون سالن غذاخوری، لابی و نظایر آن پذیرش میهمان بر اساس ظرفیت مکان و با در نظر گرفتن حداقل ۴ مترمربع به ازای هر نفر تعیین می‌گردد.
- رعایت حداقل ۴ متر مربع برای هر مشتری/ مهمان ضروری می‌باشد.
- قرار دادن مبلمان و صندلی میهمان/ مسافر در فواصل لازم و ایمن (حداقل دو متر) از یکدیگر و به دور از کارکنان
- حداکثر از ۵۰ درصد ظرفیت آسانسورها استفاده گردد.
- رعایت حداقل ۴ متر مربع برای هر مهمان در اتاق و سوئیت محل اقامت ضروری می‌باشد.
- چیدمان میز غذاخوری و نشستن مهمانان طوری باشد که فاصله حداقل دو متر رعایت گردد.
- در صورت فعال بودن استخر، پروتکل مرتبط با استخرها رعایت گردد.
- مدیریت اماکن موضوع این پروتکل موظف است به منظور نظارت بر حسن اجرای پروتکل حاضر از کارشناسان بهداشت محیط آزاد (دارای کد ممیزی و گواهینامه خود کنترلی و خود اظهاری بهداشتی یا نیروی خرید خدمت دفاتر خدمات سلامت) استفاده نماید. حضور این کارشناس به صورت تمام وقت در محل الزامی نیست اما مستند بازرسی و نظارت بایستی همیشه در اختیار مدیر قرار گیرد.
- مسئولیت حسن اجرای پروتکل حاضر بر عهده مدیریت اماکن موضوع این پروتکل می‌باشد.

غربال‌گری، مراقبت و بازتوانی

۱. غربالگری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹

- کارکنان در صورت بروز هرگونه علائم مشکوک، تست سریع تشخیص کووید-۱۹ را انجام دهند.
- بعد از گذشت ۱۴ روز از شروع علائم، در صورت بهبودی بیمار، نیاز به ارائه تست PCR منفی به منظور شروع به کار نیست.

۲. مراقبت از گروه‌های آسیب پذیر

دو گروه زیر با گواهی پزشک معتمد، به عنوان افراد در معرض خطر ابتلا به عوارض شدید بیماری کووید-۱۹ قرار دارند، در نظر گرفته شده است:

گروه الف - بیماران با بیماری زمینه‌ای:

بیماری قلبی - عروقی

فشارخون

دیابت

بیماری‌های تنفسی زمینه‌ای

$BMI > 40$

گروه ب - بیماران با نقص ایمنی:

تحت درمان با کورتیکواستروئید بیش از $mg5/12$ پردنیزولون در روز بیش از دو هفته

شیمی درمانی

بدخیمی‌ها

پیوند اعضا

در صورت عدم امکان دور کاری، شرایط محیط کار برای این افراد به گونه فراهم گردد که حداقل تماس با سایر افراد را داشته باشد. تغییر شغل موقت در محیط کاری و یا تغییر محل کار به محیطی با شرایط تهویه مناسب تر و کم جمعیت تر می تواند کمک کننده باشد.

۳. بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹

تمامی شاغلین بعد از ابتلا به بیماری کووید-۱۹ لازم است پس از طی دوران درمان و نقاهت، جهت بازگشت به کار براساس آخرین نسخه "راهنمای بازگشت به کار شاغلین با احتمال ابتلا به کووید-۱۹" ابلاغی از وزارت بهداشت توسط پزشک مورد ارزیابی قرار گیرند.

اقدامات کنترلی سلامت محیط و کار

۱. بهداشت فردی

- ارائه یا صحت سنجی کارت واکسیناسیون یا تست PCR منفی معتبر حداکثر ۷۲ ساعته توسط مشتریان در ورودی محل ضروری می‌باشد (فرآیند نظارت با استفاده از سامانه موجود و در اختیار و نیز QR کد کارت واکسیناسیون خواهد بود).

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- از ورود افرادی که واکسیناسیون انجام نداده‌اند یا فاقد تست PCR منفی معتبر حداکثر ۷۲ ساعته می باشند جلوگیری شود.
- خدمت دهنده موظف است کارت واکسن یا تست PCR منفی معتبر حداکثر ۷۲ ساعته خود را در معرض دید مشتری و ناظر قرار دهد.
- از دست دادن و رو بوسی کردن با یکدیگر پرهیز شود.
- از ورود افراد بدون ماسک ممانعت به عمل آید.
- استفاده از وسایل حفاظت فردی ماسک در تمام زمان های کشیک کاری برای تمام شاغلین الزامی می باشد.
- لازم است همه کارکنان مسئول پذیرایی از کلیه تجهیزات ماسک، دستکش استفاده نمایند و پذیرایی در کوتاهترین زمان ممکن انجام گردد.
- تعویض ماسک در تواتر زمانی کوتاه و شستشوی دائمی دست ها و ضدعفونی دست ها با محلول های بر پایه الکل ضروری می باشد.
- شستن مرتب دست ها با آب و صابون مایع (طبق پیوست شماره ۱) و یا استفاده از مواد ضد عفونی کننده بر پایه الکل قبل از دست زدن به دهان، بینی و چشم و بعد از دست زدن به هر سطح و اشیاء و حتی گوشی تلفن و موبایل و بعد از دستشویی ضروری می باشد.
- نیروهای خدماتی در هنگام نظافت باید از لباس حفاظتی، ماسک، چکمه و دستکش استفاده نمایند؛
- برای ثبت حضور و غیاب، ترجیحا از سیستم تشخیص چهره/ کارتخوان کارکنان استفاده کنید؛
- برای تماس با دکمه های آسانسور (در صورت وجود)، از دستمال کاغذی و نظایر آن استفاده شود. ترجیحا " دکمه های آسانسور به صورت سنسوری و غیر لمسی بوده تا از لمس مستقیم دست به دکمه های آسانسور خود داری شود.
- استفاده از دستمال کاغذی هنگام عطسه یا سرفه کردن (در صورتی که دستمال وجود نداشته از قسمت داخلی آرنج موقع سرفه و عطسه استفاده کنید)؛
- عدم استفاده از دستمال مشترک برای تمیز کردن میز و صندلی و سایر وسایل (ترجیحا هر یک از کارکنان از دستمال شخصی استفاده نمایند و یا استفاده از دستمال نظافت یکبار مصرف)؛
- از تماس دست ها با چشم، بینی و دهان قبل از شستن و ضدعفونی خود داری گردد؛
- در نمازخانه ها و اتاق های مهمان استفاده از مهر و سجاده شخصی ضرورت کامل دارد؛

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- دریافت وجه نقد ممنوع است و پرداخت‌ها ترجیحاً "به صورت آنلاین یا با استفاده از اپ‌ها و یا کارتخوان صرفاً" توسط مشتری صورت گیرد.
- متصدی/مدیر/مالک موظف است یک جعبه دستمال کاغذی یا مواد ضدعفونی کننده به منظور استفاده شاغلین و مشتریان در کنار دستگاه کارت خوان قرار دهد.
- کوتاه بودن ناخن از ضروریات رعایت بهداشت فردی می باشد.
- بعد از لمس وسایل مشترک دستها شستشو یا ضدعفونی شوند.
- همه کارکنان مشمول بایستی دارای کارت بهداشت معتبر باشند.
- همه کارکنان مشمول بایستی دارای گواهینامه معتبر آموزش سلامت اصناف باشند
- از استعمال دخانیات به دلیل تاثیر آن بر تضعیف سیستم ایمنی بدن و مستعد نمودن افراد در ابتلا به ویروس خود داری شود.

۲. بهداشت مواد غذایی (در صورت وجود بوفه یا هرگونه محل عرضه مواد غذایی)

- عرضه غذا به شکل سلف سرویس فقط در شرایط قرمز کرونایی در محل ممنوع می باشد
- مواد غذایی فاقد بسته بندی حتماً باید پوشش بهداشتی داشته و در ظروف مناسب نگهداری گردند.
- در صورت استفاده از ظروف یکبار مصرف، لزوماً "از ظروف یکبار مصرف مناسب استفاده شود.
- همه مواد اولیه از جمله نمک، قند و شکر باید به صورت بسته بندی و یکنفره دارای پروانه بهره برداری و استاندارد باشد.
- در صورت استفاده از سالاد و سبزی خوردن ترجیحاً "از بسته بندی دارای مجوز استفاده شود. البته رعایت سالمسازی برای سرو سالاد و سبزی خوردن غیر بسته بندی الزامی می باشد.
- رعایت دستورالعمل‌های مربوطه به مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی صادره از سوی وزارت بهداشت الزامی است.
- توزیع هرگونه آشامیدنی بایستی بصورت بسته بندی شده یکنفره دارای نی پوشش دار و مجوز قانونی باشد.

۳. بهداشت ابزار و تجهیزات

- کلیه تجهیزات مورد استفاده در طبخ و فرآوری به طور مستمر گندزدایی (حداقل یکبار قبل از شروع کار و یکبار بعد از هر شیفت کار و یکبار بعد از پایان کار روزانه) شود.

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- در آشپزخانه‌ها و محل‌های سرو غذا موظفند پس از هر سرویس‌دهی کلیه ظروف طبخ و آماده‌سازی مواد غذایی را شستشو و گندزدایی نمایند.
- چنانچه از پوشش یکبار مصرف برای میز غذاخوری استفاده می‌شود باید پس از هر بار استفاده تعویض گردد.
- در نمازخانه‌ها استفاده از مهر و سجاده شخصی ضرورت کامل دارد.
- در صورت وجود سالن‌های ورزشی، وسایل و تجهیزات حداقل یکبار در پایان شیفت کاری گندزدایی شوند.
- تعبیه ظروف حاوی مواد ضد عفونی کننده دست‌ها با پایه نگهدارنده به تعداد مناسب در مراکز فوق، سرویس‌های بهداشتی و مواردی نظیر آن.
- ضرورت استفاده از محافظ یا شیلد‌های محافظتی (پلاستیکی / شیشه‌ای) برای میز کارکنان صندوق دار
- از دستمال مشترک برای تمیز کردن میز و صندلی و سایر وسایل استفاده نگردد. (ترجیحا" هر یک از کارکنان از دستمال نظافت شخصی استفاده نمایند و یا استفاده از دستمال نظافت یکبار مصرف).
- همه تجهیزات در زمان عدم استفاده در داخل قفسه و یا کابینت در نگهداری شود و از نگهداری در خارج قفسه و یا کابینت خود داری شود.
- کلیه قفسه‌ها و میز کار و میز سرویس بطور مستمر بعد از پایان هر شیفت کاری که در دسترس مشتری و شاغلین قرار می‌گیرند شستشو و گندزدایی گردند.
- از نگهداری و چیدن ظروف غذا و قاشق و چنگال بر روی میز سرو بدون پوشش خود داری شود.
- کلیه ظروف و تجهیزات از جمله قابلمه، قاشق، چنگال، لیوان، در زمان عدم استفاده در داخل قفسه‌های پوشش دار نگهداری شود.
- استفاده از قندان و نمکدان مشترک و نظایر آن تا اطلاع ثانوی خود داری شود.
- چیدمان میز غذا خوری و نشستن مشتری/ مهمان طوری باشد که فاصله حداقل ۲ متر بین صندلی‌ها و ۳ متر بین میزها رعایت گردد.
- وسایل نظافت پس از هر بار استفاده گندزدایی شود.
- در رختکن و حمام، استفاده از وسایل بهداشتی شخصی/یکبار مصرف ضروری است.
- نظافت سطوح دارای تماس مشترک نظیر میزهای خدمت، مبلمان، تخت، میز و صندلی‌های سلف سرویس، رستوران، راه پله‌ها، دستگیرها، سرویس‌های بهداشتی، اتاق‌ها، راهروها، سالن اجتماعات، مبلمان شهری در محوطه به صورت مستمر

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا و بروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- تعویض ملافه، روتختی، روبالشتی به صورت روزانه شستشو و گندزدایی آنها
- دو مرحله نظافت و گندزدایی جدا از یکدیگر بوده و نباید هیچگونه اختلاطی بین مرحله شوینده و گندزدایی انجام گیرد.
- فرد / افراد مسئول نظافت در هنگام نظافت باید از وسایل حفاظت فردی شامل ماسک، دستکش، و لباس کار مناسب و مقاوم در برابر خوردگی آب ژاول استفاده نمایند.
- جمع آوری دستمال کاغذی های استفاده شده و همچنین وسایل یک بار مصرف نظافت در کیسه های پلاستیکی محکم و سطل های در دار پدالی و دفع آنها در آخر هر نوبت کاری توسط مسئول نظافت مجزا بودن کلیه لوازم مورد استفاده بهداشتی برای هر فرد مقیم و کارکنان
- لازم است همواره در محل های اقامتی جعبه کمک های اولیه مشتمل بر حداقل موارد زیر موجود باشد:
- یک جفت دستکش یکبار مصرف، ماده چشم شوی، یک شیشه ماده ضد عفونی کننده پوست و محل جراحی، ماده شوینده نظیر صابون و ترجیحاً صابون مایع یا صابون با پایه الکی بدون نیاز به شستشو با آب، چهار عدد گاز استریل، یک رول باند، یک پماد سوختگی، یک عدد قیچی، پنبه به مقدار کافی و ده عدد چسب زخم.

۴. بهداشت ساختمان

- همه درها و پنجره های باز شونده به بیرون در صورت باز بودن بایستی مجهز به توری باشند.
- همه قسمت های مراکز صنفی به ویژه سالن سرو غذا، آشپزخانه، نمازخانه و سرویس های بهداشتی بایستی بطور مستمر و در طول شبانه روز حتی در ساعات تعطیلی از تهویه مناسب برخوردار باشد.
- سرویس های بهداشتی (حمام و توالت) را به صورت مجزا و مستمر گندزدایی گردد.
- قبل از کشیدن سیفون توالت فرنگی، در آن را بگذارید تا میکروب ها در هوا پخش نشوند.
- سطوح دارای تماس مشترک شامل: دیوار و کف، درب ها، دستگیره درها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله ها، تخت، کمد، کابینت، گوشی تلفن، دستگاه های کارت خوان و خود پرداز ها، کف پوش ها، کلید و پرزها، وسایل عمومی و نظایر آن با دستمال تمیز و خشک شده و سپس گندزدایی گردد.
- سیستم لوله کشی صابون مایع و دستمال کاغذی در توالت ها و سرویس های بهداشتی تعبیه گردد.
- دفع پسماند ها باید به شیوه بهداشتی در سطل های دردار پدالی صورت پذیرد و کلیه نیروهای خدماتی در خصوص جمع آوری و دفع پسماند رعایت تمامی ملاحظات بهداشتی (جمع آوری پسماند در کیسه های پلاستیکی محکم بدون درز و نشت) در آخر هر شیفت در دستور کار قرار دهند.
- در صورت وجود اتاق یا سالن لندری به صورت روزانه شستشو و گندزدایی شود.

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- محل های تجمع از جمله نمازخانه گندزدایی گردد. (در صورت وجود)
- استفاده از دستمال کاغذی و یا هر وسیله دیگر در کنار دکمه های اسانسور جهت جلوگیری از لمس مستقیم دست به دکمه های اسانسور و همچنین وجود ظرف حاوی مواد ضدعفونی کننده دست در ورودی اسانسور الزامی می باشد.
- توصیه می شود برنامه ریزی جهت استفاده از دکمه های سنسوری بدون تماس مستقیم دست در آسانسورها اقدام شود.
- گندزدایی محل استراحت شاغلین در صورت وجود بایستی بطور مستمر حداقل یکبار بعد از هر شیفت کاری انجام شود.
- حذف آب خوری ها و آب سردکن ها به صورت موقت.
- در صورت وجود سالن های ورزشی، اجتماعات، تالار، سالن پذیرایی وسایل و تجهیزات حداقل یکبار در پایان شیفت کاری گندزدایی شوند.

۵. تهویه

- فراهم نمودن امکان استفاده حداکثری از تهویه طبیعی در مراکز مذکور از طریق نصب پنجره های باز شونده به میزان حداقل ۴۵ درجه و با مساحت ۱۰ الی ۲۰ درصد مساحت کف به گونه ای که به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.
- فراهم نمودن امکان استفاده حداکثری از تهویه ۲ طرفه (باز نمودن پنجره های متقابل همزمان) در مراکز فوق به گونه ای که به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.
- فراهم نمودن امکان تعویض هوای محیط با هوای آزاد در مراکز فوق حداقل به اندازه ۶ بار در ساعت و یا به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.
- در صورتی که تعداد پنجره های کافی نباشد با نصب اگزهاست فن های مکشی با دبی مناسب به سمت خارج از ساختمان مراکز فوق به گونه ای که به ازای هر یک از کارکنان و بازدیدکنندگان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین و یا ۶ بار در ساعت، تعویض و جابه جا گردد.
- از قرار دادن فن (پنکه) به طریقی که به طور بالقوه باعث جریان مستقیم هوا از یک شخص به شخص دیگری شود خودداری گردد. استراتژی مناسب استفاده از فن های پنجره ای و هدایت هوای داخل به بیرون ساختمان می باشد.
- نظارت دقیق بر تعداد افرادی که همزمان از آسانسور استفاده می کنند. (حداکثر ۵۰ درصد ظرفیت)

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- نصب تابلوهای هشدار دهنده در کلیه آسانسورها به منظور رعایت تعداد حداکثر افراد و همچنین عدم صحبت با یکدیگر و تلفن همراه
- استفاده از فن های مکشی و یا دستگاه تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحا " هپا با توان مناسب در کلیه آسانسور های ساختمان مراکز فوق و روشن نمودن آن در تمام ساعات کار فعالیت
- در فضاهایی که نمی توان تهویه و جابجایی هوای آزاد را به میزان کافی انجام داد، میزان دی اکسید کربن موجود در هوا پایش شود و از دستگاه های تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحا " هپا متناسب با اندازه ساختمان مراکز فوق و به تعداد کافی استفاده گردد.
- توصیه می شود با توجه به اینکه در فصل پاییز و زمستان امکان باز نمودن پنجره ها فراهم نمی باشد دستگاه های تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحا " هپای استاندارد برای نصب در اتاق های فاقد پنجره ساختمان مراکز فوق به تعداد کافی خریداری و نصب شود.
- با توجه به ارتباط غلظت دی اکسید کربن موجود در هوا با تعداد افراد حاضر در محل و نحوه تهویه پیشنهاد می گردد به منظور اطمینان از تهویه مناسب، غلظت دی اکسید کربن در هوای واحدهای مختلف پایش شود.
- کلیه سرویس های بهداشتی مجهز به اگزهاست فن به تعداد کافی و با ظرفیت مناسب بوده و در زمان فعالیت مراکز فوق روشن باشد.

نکات مهم

- مدیریت اماکن موضوع این پروتکل موظف است به منظور نظارت بر حسن اجرای پروتکل حاضر از کارشناسان بهداشت محیط آزاد (دارای کد ممیزی و گواهینامه خود کنترلی و خود اظهاری بهداشتی یا نیروی خرید خدمت دفاتر خدمات سلامت) استفاده نماید. حضور این کارشناس به صورت تمام وقت در محل الزامی نیست اما مستند بازرسی و نظارت بایستی همیشه در اختیار مدیر قرار گیرد.
- مسئولیت حسن اجرای پروتکل حاضر بر عهده مدیریت اماکن موضوع این پروتکل می باشد.
- مراکزی که مفاد این راهنما را رعایت نمی کنند یا امکان تأمین شرایط راهنمای حاضر را ندارند اجازه فعالیت نداشته و مسئولیت نظارت و کنترل آنها با اتحادیه یا سازمان مسئول (صادرکننده مجوز) می باشد.

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در مراکز اقامتی

- امکانات لازم برای شستشوی مرتب دست ها و استفاده از ماسک یکبار مصرف در طول شیفت (به ازاء هر شیفت حداقل ۲ ماسک) و شستشو و گندزدایی روزانه لباس کار برای نیروهای خدماتی باید فراهم شود.
- هنگام گندزدایی و نظافت، سالن ها باید خالی از افراد بوده و درها و پنجره ها باز گذاشته شوند و جهت تهویه بهتر هواکش نیز روشن باشد.
- از تی مخصوص فقط برای گندزدایی مکان هایی که امکان آلودگی وجود دارد استفاده نمایید.
- سطل زباله، دستمال ها، تی، وسائل نظافت و گندزدایی سرویس های بهداشتی باید از وسایلی که برای مکان های دیگر استفاده می شود، مجزا باشد.
- در طول مدت نظافت شاغلین نظافت مراقب باشند لباس، دستکش و ماسک مخصوص پاره نشود و آسیب نبیند و در صورت صدمه آنرا تعویض نمایید.
- نظافت را از یک نقطه آغاز و در طرف یا نقطه مقابل به پایان برسانید (تی را به صورت مارپیچ حرکت دهید)
- "تی هایی" که برای نظافت کف اتاق ها و سالن ها و غیره استفاده می شود باید دارای چند "سر" اضافی باشند.
- پس از استفاده از پارچه ها، دستمال نظافت و تی، می بایست در آب داغ شسته و سپس در محلول مواد گندزدای مورد تأیید وزارت بهداشت به مدت ۳۰ دقیقه غوطه ور بماند. بعد از آن در دمای اتاق خشک شده و برای استفاده آماده باشد.
- در هنگام گندزدایی احتیاط های لازم در ارتباط با برق گرفتگی بعمل آید .
- تجهیزات و ماشین آلات گندزدایی بعد از پایان کار شسته و به روش مناسب بسته به ظرفیت تجهیزات و ماشین آلات خشک گردند.
- شاغلین بعد از گندزدایی به ویژه در سطح بزرگتر دوش گرفته و با لباس غیر از لباس کار محل را ترک نمایند.
- از پاشیدن و ریختن محلول های گندزدا روی سطوح و کلیدها، تجهیزات برق دار و مواد ناسازگار و با احتمال انفجار و آتش سوزی اجتناب شود.

آموزش بهداشت

روش های آموزشی مناسب

- دستور عمل شستن دست ها برای پیشگیری از انتقال بیماریهای تنفسی به تعداد کافی در محل سرو مواد غذایی و سرویس های بهداشتی نصب گردد.
- آموزش به صورت مجازی (از جمله شبکه های مجازی، وب سایت ها)
- در صورتی که آموزش از مسیرهای مجازی امکان پذیر نبود از طریق چهره به چهره با رعایت فاصله حداقل دو متر و استفاده از ماسک توسط دو طرف بلامانع است.

رسانه های مورد نیاز برای آموزش موضوعات مختلف: (موضوعات مورد آموزش در بند ذیل درج شده است)

- نصب استند و بنر های اطلاع رسانی
- نصب پوسترهای آموزشی
- در صورت امکان، ارسال پیامک های آموزشی به گوشی های همراه
- در صورت امکان، ارسال پیام های آموزشی در گروه های مجازی مربوطه
- در صورت امکان، انتشار تیزر ، اینفوگرافی یا موشن گرافی در فضای مجازی
- در صورت امکان، استفاده از صفحات نمایشی (LED) جهت پخش پیام ها و تصاویر آموزشی

موضوعات مورد آموزش برای گروه های هدف

- آشنایی با بیماری کرونا و بیروس
- آشنایی با علائم ابتلا به این ویروس
- شناسایی افراد مستعد ابتلا
- آشنایی با نحوه انتقال بیماری
- آشنایی با زمان و نحوه استفاده از وسایل حفاظت فردی
- آموزش مدت زمان ماندگاری ویروس بر روی سطوح
- آموزش آشنایی با نحوه پوشیدن و درآوردن وسایل حفاظت فردی
- آشنایی با نحوه صحیح دفع یا گندزدایی کردن وسایل
- آموزش نکات بهداشت فردی
- توصیه ماندن در خانه
- روش های بهداشتی مراقبت از بیماران در منزل
- آموزش فاصله گذاری اجتماعی

- معرفی سامانه ۱۹۰ و سامانه ۴۰۳۰

نمونه فعالیت های آموزشی

- نصب استند یا بنرهای آموزشی برای بکارگیری تمهیدات لازم در جهت مقابله با شیوع کرونا ویروس در محل کار
- نصب پوستر های هشدار دهنده در خصوص چگونگی انتقال بیماری کرونا
- نصب پوستر یا بنر راهنمای نحوه صحیح شستشوی دست ها در محل کار خصوصا سرویس های بهداشتی و محل سرو غذا
- آموزش نحوه استفاده از محلول ضد عفونی کننده دست به شاغلین
- نصب پوستر مرتبط با بیماری و توصیه ماندن در خانه در صورت وجود علائم
- نصب تابلوهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری های تنفسی به تعداد کافی در محل؛
- آموزش توصیه های مرتبط با نحوه صحیح عطسه و سرفه و استفاده از دستمال کاغذی یا آرنج
- آموزش اقدامات لازم جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری به کارکنان و مراجعه کنندگان
- نصب بنرهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری های تنفسی
- نصب پوستر آموزشی نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظت فردی
- نصب پوستر نحوه صحیح پوشیدن، درآوردن و دفع وسایل حفاظت فردی
- نصب بنر ثبت نام واکسیناسیون و اخذ کارت واکسن از سامانه salamat.gov.ir در محل نگهبانی و درب ورودی ساختمان
- نصب بنر ثبت نام و غربالگری در سامانه salamat.gov.ir
- بارگذاری پیام های بهداشتی بر روی سایت و شبکه های مجازی
- نصب پوستر سامانه پاسخگویی شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به شماره تلفن ۱۹۰ جهت اعلام موارد غیر بهداشتی به سامانه مذکور
- نصب پوستر معرفی سامانه ۴۰۳۰

پیوست ۱: روش درست شستشوی دست‌ها

دست‌ها باید با آب گرم و صابون به مدت ۲۰ ثانیه به روش زیر شسته شوند:

- ۱- دست‌ها را مرطوب کنید
- ۲- از صابون مایع استفاده کنید
- ۳- کف دست‌ها را خوب به هم بمالید
- ۴- انگشتان را بشوئید
- ۵- مچ‌ها را بشوئید
- ۶- بین انگشتان را بشوئید
- ۷- آبکشی کنید
- ۸- با دستمال کاغذی خشک کنید (استفاده از حوله یک‌بار مصرف نیز مورد تایید است)
- ۹- شیر آب را با همان دستمال ببندید
- ۱۰- دستمال را در سطل زباله دردار بیندازید



دست‌ها را خیس کرده و بعد آن‌ها را صابونی کنید.

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
مرکز مدیریت پدیده‌های واگیر

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
دفتر آموزش و ارتقای سلامت

روش درست شستن دست‌ها

در ۱۰ مرحله



کف دست‌ها را با هم بشویید.



بین انگشتان را در قسمت پشت بشویید.



بین انگشتان را از روبرو بشویید.



نوک انگشتان را در هم گره کرده و به خوبی بشویید.



شست‌ها را جداگانه و دقیق بشویید.



خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشویید.



دور مچ هر دو دست را بشویید.

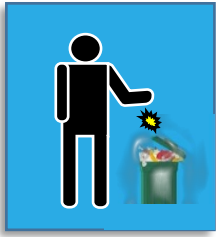


دست‌ها را با دستمال خشک کنید.



با همان دستمال شیر آب را ببندید و دستمال را در سطل زباله بیاندازید.

✓ هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بیندازید؛



✓ اگر علائم سرماخوردگی دارید در منزل استراحت کنید؛

✓ ویروس‌ها در هوای سرد و خشک انتقال سریع‌تری دارند و باید هوای محیط مرطوب نگه‌داشته شود؛

✓ سطوحی که در تماس مکرر با آن هستید را گندزدایی نمایید؛



✓ سیستم ایمنی خود را با مصرف میوه و سبزیجات تازه تقویت نمایید؛



✓ به اطرافیان خود آموزش دهید؛

پیوست ۲: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس

✓ قبل از خوردن و آشامیدن دست‌های خود را تا بالای مچ به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با آب و صابون مایع بشوید و در صورت عدم دسترسی به آب سالم از مواد ضدعفونی‌کننده بر پایه الکل استفاده نمایید؛



✓ از تماس با افرادی که مریض هستند خودداری کنید. از روبوسی و دست‌دادن با افراد دیگر بپرهیزید (فاصله ۲ متر از افراد بیمار حفظ شود)؛



✓ افراد بیمار و مشکوک حتما از ماسک استفاده نمایند؛



✓ از دست‌زدن به چشم، بینی و دهان خودداری کنید؛

