



شناسایی راه‌های انتقال عامل ایجادکننده بیماری کووید ۱۹ نقش مهمی در کنترل آن دارد. راه‌های انتقال این ویروس هنوز به طور دقیق مشخص نشده است اما به عنوان یک اصل کلی ویروس‌های تنفسی به طور عمده از طریق ریز قطرات یا از طریق سرفه یا عطسه و یا لمس اشیاء آلوده منتقل می‌گردند.

به گزارش وب دا، بر اساس اعلام وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، براساس دانسته‌های کنونی این بیماری از یک طیف ملایم تا شدید با علائمی همچون تب، سرفه، تنگی نفس می‌تواند بروز نماید و در موارد شدیدتر ممکن است منجر به ذات‌الریه، نارسایی کلیه و مرگ شود.

این ویروس می‌تواند در فاصله ۱ تا ۲ متری از طریق سرفه یا عطسه منتقل شود. راه دیگر انتقال، تماس دست‌ها با محیط و سطوح آلوده به ویروس مانند تجهیزات، دستگیره درب‌ها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله‌ها، پریز و کلیدهای برق و کلیه و سایلی است که به طور عمومی و مشترک استفاده می‌شود، شامل اسکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و نظایر آن.

**بنابراین حائز اهمیت است پس از تماس با هر فرد یا اشیاء مشکوک دست با آب و صابون شستشو گردد.**

نکات عنوان شده در زیر، بر اساس راهنمایی است که جهت پیشگیری و کنترل کووید-۱۹ ( کرونا ویروس) در فضای آموزشی و خوابگاهی دانشگاه‌های کشور تبیین شده و دانشجویان می‌توانند با رعایت آن در حفظ سلامت خود و پیشگیری از ویروس کووید ۱۹ سهیم باشند.

### فاصله‌گذاری اجتماعی

یکی از راه‌های کاهش مواجهه و قطع زنجیره تماس رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی است. از آنجاکه بسیاری از شاغلین صنایع و واحدهای تولیدی و خدماتی در معرض بیماری کووید ۱۹ هستند و محل‌های کسب و کار یکی از اماکن تجمع محسوب شده که می‌تواند سبب انتقال بیماری شود و از طرفی حفظ سلامت نیروی کار از اهمیت بالایی برخوردار است لازم است مقررات ویژه ای از طریق فاصله‌گذاری اجتماعی علاوه بر رعایت اصول بهداشتی برای کاهش مواجهات متناسب با سطح اضطرار و درجه اهمیت فعالیت اقتصادی و صنایع در نظر گرفته شود.

لازم است دانشجویان بر اساس نوع فعالیت در دانشکده‌ها و بیمارستان‌ها به دو دسته «دانشجویانی که بخش‌های بالینی و حضور در بیمارستان ندارند» و «دانشجویان دارای بخش‌های بالینی (دانشجویانی که نیاز به حضور در بیمارستان، مراکز درمانی و بالین بیماران دارند)» تقسیم شوند.

با توجه به این شرایط جهت اجتناب از انتقال بیماری در بین گروه های مختلف دانشجویی در خوابگاه های مختلف، در طبقات مختلف و واحدهای مختلف اسکان داده شوند.

در صورت بروز هرگونه علامت و یا ابتلا به بیماری، دانشجوی بیمار به همراه افراد ساکن در اتاق در ناهتگاه ها و محل های مشخص شده جهت گذراندن دوره درمان و یا قرنطینه انتقال و اسکان داده می شوند.

دانشجویان و کارکنان شاغل در خوابگاهها و اماکن دانشجویی در صورت بروز هر یک از علائم بالینی شامل احساس ضعف، خستگی، تب، سرفه، عطسه، تنگی نفس، گلودرد و آبریزش بینی فوراً اقدامات را انجام دهند و به ناهتگاه های مشخص شده یا منزل شخصی (برای پرسنل) انتقال داده شوند.

تا حد امکان سرویس های بهداشتی، حمام، محل تهیه غذا، محل شستشوی ظروف و سایر محل های عمومی و مشترک مورد استفاده برای گروه های مختلف جداسازی شود به گونه ای که گروه های مختلف با هم حداقل تماس و انتقال بیماری را داشته باشند.

از خوردن غذا در محیط های عمومی و همچنین خوردن غذاهای آماده (غذاهای غیر کارخانه ای) کاملاً اجتناب شود و از مواد غذایی به صورت کاملاً پخته استفاده شود.

### مقررات عمومی کنترل و پیشگیری کروناویروس در خوابگاه ها

ممنوعیت تجمع بیش از سه نفر در مکان های عمومی خوابگاه

عدم پذیرش مهمان و ملاقات کننده از خارج خوابگاه

عدم استعمال دخانیات در محیط خوابگاه

خودداری دانشجویان از رها کردن ظروف در آشپزخانه

ممنوعیت مکالمه با تلفن همراه در مکان های عمومی و راهروها

تعطیل بودن محل های تجمع شامل سالن غذاخوری، نمازخانه، سالن ورزشی، سالن آ.و. . یا رعایت حداقل شرایط استاندارد و فاصله یک و نیم متر تا دو متر در این مکان ها

تعطیلی کلیه صنوف فعال در محوطه خوابگاه و دانشگاه نظیر آرایشگاه با رعایت حداقل شرایط استاندارد و فاصله یک و نیم متر تا دو متر در این مکان ها

محدودیت خروج دانشجویان حاضر در خوابگاه به جز برای حضور در بیمارستان دانشگاه/دانشکده. مسوولیت بررسی این موضوع با مسؤل خوابگاه است.

### آموزش هایی برای مدیریت خوابگاه ها

ظرفیت خوابگاه ها به نصف ظرفیت اسمی کاهش یابد.

کلیه افراد شامل دانشجویان و کارکنان ساکن در خوابگاه در سامانه خود اظهاری وزارت بهداشت ثبت نام کنند و در صورتی که علائم بیماری را نداشتند، فرم مربوطه را پرینت کرده و پس از امضا آن را به مدیر خوابگاه تحویل دهند.

استفاده از تخت های سه طبقه در خوابگاه ممنوع است.

تیمی از کارکنان و کارگران به منظور نظافت روزانه خوابگاه تشکیل شود.

قبل از بازگشایی عمومی خوابگاه، ابتدا کل محیط ضد عفونی شود.

امکانات نظافت و حفاظت شخصی مانند صابون، مواد شوینده و مواد ضد عفونی کننده، برای استفاده کارکنان و دانشجویان در مواقع لزوم در دسترس باشد.

دانشجویان و کارکنان خوابگاه از نظر تب و علائم احتمالی بیماری شامل سرفه، عطسه و تنگی نفس هنگام ورود به خوابگاه و به منظور شناسایی زودرس افراد مبتلا به طور روزانه چک شوند.

از ضد عفونی کردن مرتب قسمت هایی نظیر نرده ها، دستگیره ها، میزها، صندلی ها و نقاطی که در تماس مشترک افراد هستند (روزانه یک نوبت)، تمام تجهیزات نظافتی بلافاصله بعد از استفاده، قسمت کارگران و کارکنان، آشپزخانه، سالن غذاخوری و سالن شست و شوی لباس، تمام سطوح پر تماس (نظیر دستگیره درب ها، تلفن ها، میزها و پیشخوان ها، کیبوردها و...) به طور روزانه اطمینان حاصل شود.

از وجود سطل های زباله پدالی و قرار دادن کیسه های پلاستیکی درون آنها در سالن های غذاخوری، از پوشیده بودن درب سطل های زباله در تمام مدت و گره زدن مناسب کیسه های زباله قبل از دفع آنها و تمیزکردن فوری نشست مواد زائد کیسه های زباله اطمینان حاصل شود.

از نصب ظروف حاوی مواد ضد عفونی کننده دست ها با پایه نگهدارنده به تعداد مناسب در مکان های مناسب نظیر ورودی ها، طبقات و راهروها، سالن مطالعه و غذاخوری اطمینان حاصل شود.

برای توزیع مناسب غذا در بین دانشجویان (ترجیحا غذا در ظروف یک بار مصرف تحویل شود). برنامه ریزی شود.

### غربالگری در محیط های دانشجویی

به منظور پیشگیری از انتقال عفونت به سایرین و تشخیص زود هنگام بیماری، کلیه دانشجویان و پرسنل خوابگاه باید از نظر احتمال ابتلا مورد بررسی قرار گیرند.

آموزش کلیه دانشجویان و کارکنان درباره اصول حفاظت فردی، علائم بیماری، روشهای پیشگیری و انتقال بیماری، آموزش کارکنان برای داشتن توجه و ظن بالینی بالا برای شناسایی موارد مشکوک، انجام غربالگری (ارزیابی دمای بدن و کنترل ظهور علائم مشکوک و محتمل در هر شیفت)، آموزش کلیه دانشجویان و کارکنان با استفاده از پوسترها با مضمون علائم هشدار دهنده صورت گیرد.

در افراد دارای علامت مشکوک: آموزش استفاده صحیح و دائمی از ماسک (ترویج بهداشت تنفسی)، رعایت موازین کنترل عفونت (به ویژه شستن دست ها و همچنین هدایت کردن بیمار به سمت یادآوری مسابقه سفر و تماس های خود با کادر درمانی ضروری است).

خوابگاه ها حداقل یک اتاق مناسب (متناسب با تعداد دانشجویان و کارکنان) برای برخورد با هر یک از شرایط احتمالی را در نظر داشته باشند تا در صورت مواجهه امکان جداسازی و کنترل عفونت (تا قبل از انتقال به مراکز درمانی و یا نقاهتگاه) مهیا باشد.

**نکات مهم رعایت دستورالعمل پیشگیری از کرونا در خوابگاه های دانشجویی**

کارکنان مرکز، برای تماس با بیمار مشکوک به بیماری باید احتیاطات استاندارد، تماسی و قطره ای را رعایت کنند.

ضمن ثبت اسامی افرادی که به اتاق قرنطینه بیمار مشکوک وارد می شوند، باید ورود کارکنانی که وارد اتاق بیماران مشکوک / محتمل کرونا می شوند نیز به حداقل ممکن تقلیل یابد.

در فواصل زمانی کوتاه و به صورت مکرر، سطوحی که فرد مشکوک لمس می کند باید تمیز و گندزدایی شود.

به تمامی افراد در معرض تماس با فرد مشکوک به ابتلا در صورتی که حفاظت فردی را رعایت نکرده اند توصیه می شود تا مدت ۱۴ روز از زمان تماس، از حضور در مکان های عمومی و تماس با سایر افراد خودداری کرده و بر وضعیت سلامتی خود نظارت داشته باشند.

در صورت بروز هرگونه علائم، به ویژه تب، علائم تنفسی مانند سرفه یا تنگی نفس و اسهال، به مراکز درمانی مراجعه کنند.

رعایت اصول بهداشت محیط در بخش های عمومی خوابگاه های دانشجویی (نظیر سالن های ورزشی، مطالعه، نمازخانه و ..) الزامی است.

**دانشجویان می توانند لینک پی دی اف «[راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ \(کرونا ویروس\)](#) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در دانشگاه ها و مراکز آموزشی و تحقیقاتی» را با کلیک روی متن مشاهده کنند.**

{jcomments on}