

## تعليمات للمرضى الذين تتم متابعتهم من المنزل

### مراقبة وضعكم الصحي

- مراقبة درجة حرارتكم مرتين في اليوم.
- في حالة تفاقم الوضع العام للمريض، يجب الاتصال بطبيب العائلة وإذا لم يكن ذلك ممكنا الاتصال بال SAMU على الرقم 15.

### العزل

- يتم العزل في غرفة مخصصة جيدة التهوية. تهدف هذه العملية إلى التقليل من المخالطة بين الأشخاص والحد من تلوّث الاسطح في المنزل. يجب تهوية هذه الغرفة 3 مرات يوميا وكذلك الأماكن الأخرى التي يستخدمها المريض. ان كان هناك أكثر من حمام واحد، يجب على المريض استعمال أحد الحمامات له فقط. في حال وجود حمام واحد مشترك، يجب الالتزام بنظافة مشددة (التنظيف بماء الجافيل (الكلوركس) او باستخدام المحارم المعقمة).
- الالتزام بمسافة الامان.
- يجب عليكم الالتزام بمسافة الامان وهي 2 متر بدون أي ملامسة مباشرة وتجنب مخالطة الفئة الأكثر عرضة للإصابة بالمرض (النساء الحوامل، الاشخاص المصابين بأمراض مزمنة وكبار السن).

### غسل اليدين

- القيام بغسل اليدين بشكل دقيق وذلك بفركهما بمحلول كحولي (خاصة قبل لمس الوجه) وغسلهما بالصابون من 4 إلى 6 مرات في اليوم.

### المساحات التي يتم لمسها

- يمكن لبعض الاسطح ان تكون ناقلة للعدوى ولذلك يجب تعقيمها بشكل منتظم (الهواتف الذكية، قبضات الأبواب...).

### نصائح خاصة بالملابس والأغطية

- على المريض غسل ملابسه وأغطية سريره بنفسه أن امكن ذلك مع عدم نفضها.
- نقل الملابس والشراشف مباشرة إلى الغسالة دون وضعها في أي مكان آخر في البيت.
- غسل اغطية سرير المريض المؤكد في الغسالة على درجة 60° لمدة 30 دقيقة على الأقل.

### تنظيف الارضيات

يجب مراعاة التعليمات التالية لتنظيف وتعقيم الارضيات والأسطح :

- عدم استعمال المكنسة الكهربائية التي تستخدم البخاخات لتنظيف الارضيات.
- تنظيف الارضيات والاسطح بمنشفة ذات الاستعمال الواحد والمبللة بمادة منظفة.
- الشطف بالماء بمنشفة أخرى ذات الاستعمال الواحد.
- تترك الأرضيات والاسطح حتى تجف.
- تعقيم الأرضيات والاسطح بماء الكلوركس (جافيل) المخفف 0,5% كلور نشط (1 لتر جافيل بنسبة 2,6% مع 4 لتر ماء).