****

**معاونت درمان**

**آموزشنحوه مراقبت در منزل**

**در کرونا ویروس (کویید 19)**

**گروه هدف: بیماران و همراهان**

**اينراهنمابهمنظورآمادگيمقابلهوكنترلبيماريشديدتنفسيناشيازكوروناويروستهيهگرديدهاست.**

**علایم اصلی:تب بالاتر از 8/37 و کمتر از 40 درجه، سرفه خشک، تنگی نفس، احساس خستگی یا کوفتگی، احساس ناراحتی در فقسه سینه.بی اشتهایی، احساس گرفگی بینی.**

**علایم نادر:لرز، عطسه، ابریزش از بینی، اسهال، شکم درد، تهوع و استفراغ، گلودرد، سردرد.**

**نکته: شروع علایم بر خلاف انفولانزا تدریجی است و عوامل زمینه ساز کاملا در بروز آن موثر است.**

**دورهكمون:دورهكمونبيمارياز 2 تا 14 روزمتغيراست.**

**نکته: امكانسرايتبيماريبهديگرانتا 24 ساعتبعدازپايانتبوسايرعلائمبيماريوجوددارد.**

**تعریفمواردبیماری**

**موردمشکوک**

* **بیمارباشرححالسرفهخشکیالرزیاگلودردهمراهباتنگینفسبایابدونتب**
* **بیمارباعائمتنفسیفوقانی/تحتانیباتظاهراترادیولوژیکبصورتانفیلتراسیونمولتیلوبولریکیادوطرفهدر CT scan یاگرافیقفسهصدری**

**موردمحتمل**

* **هرموردمشکوککهدرعرض 14 روزقبلسابقهتماسنزدیکباموردقطعی COVID-19 راداشته یا سابقهحضوردرمناطقبااپیدمیCOVID 19 راداشتهباشد.**
* **فردمبتابهپنومونیکهعلیرغمدرمانهایمناسب،پاسخبالینینامناسبداشتهوبهشکلغیرمعمولوسرعتغیرقابلانتظاریوضعیتبالینیبیمارحادترووخیمترشود.**

**موردقطعی**

* **جداسازیویروسCOVID-19ازفردباعلایمتنفسی**

**توجه:**

**افرادیکهتحتدرمانسرپاییقرارمیگیرند،بایددر صورتبروزهرکدامازعلایمزیرسریعابهمراکزبیمارستانیمنتخبارجاعشوند:**

1. **تنگینفسوتنفسدشوار**
2. **تشدیدسرفه**
3. **عدمقطعتب**
4. **عائمکاهشسطحهوشیاری**

**اندیکاسیون های بستری:**

**بیمارانی که علاوه بر مشکلات تنفسی حاد پالساکسیمتریکمتراز 93 درصدداشتهباشند.**

**برایبیمارانسرپایینیازیبهنمونهگیرینمیباشد. هربیماریکهبستریشودبایدازنظرژنE مورد بررسی قرار گیرد درصورتمنفیبودنازنظرژنEسایربیماریهاازجملهآنفلوآنزادرنظرگرفتهشودباتوجهبهمحدودیتدرانجامآزمایشهایتاییدتشخیص،اینآزمایشفقطبرایبیمارانیکهتستژنEمثبتونیازبهانتوباسیوندارند،انجاممیشود**

**بیماریکهعلایمبالینیهمراهباتصاویررادیولوژیکمثبتدارد،بهعنوانموردمثبتبرایدرمانتلقیمیشود**

**درمان دارویی**

**1-رژیم دو دارویی**

**رژیمدرمانیدوداروییدربیمارانسرپایی:**

**اسلتامیویر +هیدروکسیکلروکین/کلروکین**

**2.رژیمسهداروئی**

**سلتامیویر +هیدروکسیکلروکین/کلروکین + لوپیناویر/ریتوناویر**

**\*طولمدتدرمانمتناسبباپاسخبالینیبیمارمیتواندتا 14 روزافزایشیابد**

**3-رژیمچهارداروئی**

**درشرایطیکههریکازعائمزیروجودداشتهباشد،بعنوانبیماریبسیارشدیددرنظرگرفتهشده 4 دارویی درمان می شود.**

1. **کاهش سطح هوشیاری**
2. **تعداد تنفس بیشتر یا مساوی 24**
3. **فشار خون کمتر از 60/90**
4. **درگیر منتشر ریوی با توجه به گرافی یا سی تی اسکن**
5. **کاهش اکشیژن خون**

**اسلتامیویر +هیدروکسیکلروکین/کلروکین + لوپیناویر/ریتوناویر+.ریباویرین**

**نکاتکلیدیتجویزوپایشدرمان**

* **کپسولاسلتامیویربهمنظورتحملگوارشیبهتراستهمراهغذاتجویزشود.**
* **درکودکانبرایتهیهسوسپانسیونمحتویکپسولاسلتامیویررامیتواندرحجممشخصازشربتسادهیاآبمیوهحلنمودسوسپانسیونآمادهشدهدردمایاتاقتا 10 روزودریخچالتا 17 روزقابلاستفادهاستسوسپانسیونقبلازمصرفتکاندادهشود.**
* **قرصهیدروکسیکلروکینهمراهغذاتجویزشود. شکستهیاخوردنشود. جهتگاواژ،پوششقرصباپنبهالکلیپاکشدهودر 20 میلیلیترآبسوسپانسیونشدهوبافاصلهگاواژشود.**
* **لوپیناویر/ریتوناویرهمراهغذاتجویزشود. درصورتنیازبهگاواژدارو،قرصدر 20 میلیلیترآبسوسپامسیونشدهوبافاصلهگاواژشود.**
* **قرصیاکپسولریباویرینهمراهغذامصرفشود. درصورتنیازبهگاواپزدارو،محتوایکپسولدر 20-10 میلیلیترآبسوسپانسیونوگاواژشود.**
* **جهت جلوگیری از تداخلات دارویی هیچ دارویی بدون دستور پزشک مصرف نشود بخصوص متادون،اندانسترون،**

**متوکلوپرامید،کوئتیاپین**

* **توجه به حجم ادرار که در بزرگسالان 5/0 سی سی در ساعت در کودکان 1 سی سی در ساعت طبیعی تلقی می شود**
* **ترخیصبیمارانصرفاًبراساسبهبودیعایمبالینیوعدموابستگیبهدستگاهونتیاتوروبعدازترخیصبیمارانمثبت،مطابقپروتکلسرپاییپیگیریومراقبتشوند.**

**توجهات**

* **بیماربایدحتماازماسکمعمولیاستفادهنمایدودرصورتخیسشدنیاهر 4 ساعتیکبارمعدومگردد.**
* **توصیهمیشودیکفردمسئولرسیدگیبهبیمارمبتلابهکروناباشدواینفردبیشترازسایراعضایخانوادهاصولبهداشتیرارعایتنمایدوکمترینتماسرابامحیطخارجازخانهوسایرافرادخانوادهداشتهباشد.**

**روش شستشوی دست**

* **فردمراقبتکنندهدرتماملحظاتمراقبتازبیمارماسکبهصورتداشته وقبلوبعدازهرمراقبتدستهایخودراطبقدستورالعملهایعمومیعنوانشدهضدعفونیکند.**
* **توصیهمیشودتماملوازمشخصیبیمارشامللوازمبهداشتشخصی،ظروفمورداستفادهبرایغذاخوردنولوازممحلاستراحتبیمارمانندبالشوملافهوتشکازسایراعضایخانوادهجداومختصبیمارمبتلابهکروناباشد.و سرویس بهداشتی و سطوح و وسایل بیمار روزانه ضدعفونی شود**
* **لازماستبیمارتحرکمعمولراداشتهباشد.**
* **لوازم و محیط اطراف بیمار مکررا ضدعفونی شود سطوحباپارچهمرطوبشدهباموادضدعفونیکننده یا وایتکس رقیق شده 1%انجامشود. روزانه یکبار ضدعفونی کردن اتاق ها کفایت می کند.**
* **مراجعه به مراکز درمانی درصورتیکهدمایبدناز3/37 درجهبالاتراستویاوجودعلائمسرفهخشک،تنگینفسیااحساسناخوشیغیرطبیعی.**
* **رژیمغذاییهفتگیمتعادلیبرایبیماربرنامهریزیکنیدودرهنگامآمادهسازیوپختغذاتماممواردبهداشتیعنوانشدهبهخصوصشستنمداومدستهابهروشصحیحرارعایتکنید.**
* **تمامتلاشخودرادرجهتحفظآرامشخودوبیماربهکارببریدوسعیکنیدمحیطیآراموبدوناسترسدرمنزلفراهمکنید.**
* **هوای اتاق بیمار باید روزانه 12 بار عوض شود مهم این است که هوا به سایر اتاق های ساختمان منتقل نشود و روی دریچه کولر پوشانده شود.**
* **افراد خانواده که در تماس با بیمار هستند نیاز به پوشیدن لباس یک سره ندارند و فقط زدن ماسک معمولی و محافظ چشم ضروری است.**
* **لازم است افرادی که لازم است تا 14 روز از اخرین روز تماس با فرد مبتلا تحت نظر بوده و پایش شوند شامل**

**افرادی که بصورت رسمی یا غیر رسمی از فرد بیمار مراقبت کرده اند یا با او در یک فضای بسته قرار داشته اند مثل افراد خانواده، دوستان، همکاران، همکلاسی ها و افرادی که با فرد مبتلا در یک وسیله نقله به سفر رفته اند**

* نحوه گرفتن درجه حرارت: قرار دادن ترمومتر جیوه ای به مدت 5-3 زیر زبان و با دهان بسته با فاصله 20 دقیقه از خورن ، نوشیدن
* **نحوه کنترل تعداد تنفس:**تعداد تنفس ( فقط بالا امدن فقسیه سینه محاسبه می شود) در وضعیت راحت و بدون جلب توجه به مدت یک دقیقه و با فاصله حداقل 10دقیقه از فعالیت بدنی
* نحوه کنترل هوشیاری: بررسی کیفیت پاسخگویی مناسب به سوالات