

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

بروز رسانی‌های اخیر:

12/30/20

- افزودن لینک گزارش آنلاین موارد ابتلای متعدد: [www.redcap.link/covidrept](http://www.redcap.link/covidrept)
- به روز رسانی دوره قرنطینه لازم برای مخاطبین نزدیک فرد مبتلا به کووید-19.
- علائم به روز شده غربالگری- تلفیقی از تنگی نفس/مشکل تنفسی و اضافه شدن از دست دادن ناگهانی حس چشایی یا بویایی.
- به روز رسانی‌هایی مقرر مراکز مسکونی جمعی مشتمل بر ملاقات‌ها و فعالیت‌های گروهی و آزمایش‌های نظارتی؛ تعاریف نواحی سبز/زرد/قرمز نیز به روز رسانی شد.

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس (اداره بهداشت عمومی) از شما جهت کمک به کاهش سرعت شیوع بیماری ویروس کرونا (جدید) 2019 (به اختصار کووید-19) در شهرستان لس آنجلس درخواست یاری می‌نماید. خانه‌های گروهی، خانه‌های پرورشگاهی، مراکز سرپناه شبانه مراقبت نوجوانان و برنامه‌های درمانی کوتاه مدت برای جلوگیری از انتشار بیماری باید توجه ویژه‌ای داشته باشند به این دلیل که:

- کودکان ممکن است بین سایت‌ها و بین خانه و سایت‌ها جابجا شوند؛
- سایت‌ها نمی‌توانند از کلیه تعاملات کارکنان و کودکان با مراجعان خارجی اجتناب کنند؛ و
- اطمینان از تمکین کودکان، به ویژه کودکان خردسال، چالش‌های منحصر به فردی را به همراه دارد.

## این سند چه مطالبی را پوشش می‌دهد

به عنوان یک گام اساسی، اولین اقدام در پاسخ به شیوع کووید-19، ما شدیداً توصیه می‌کنیم که کلیه خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی (FFFAs)، مراکز مراقبت شبانه روزی موقت (TSCFs) و برنامه‌های درمانی کوتاه مدت مسکونی درمانی (STRTPs) طرح‌های اضطراری را بازنگری و بروز رسانی کنند و چنانچه عملیات‌های در محل باید بصورت موقت کاهش پیدا یابد، روش‌هایی برای تداوم ارائه خدمات ضروری در نظر بگیرند.

این سند اطلاعاتی جامع در مورد کووید-19 ارائه می‌دهد، و اقدامات خاص فراتر از اقدامات پایه و اولیه‌ای را که به کاهش سرعت شیوع بیماری‌های تنفسی، از جمله کووید-19 کمک می‌کنند، مشخص می‌کند.

اهداف این سند کمک به خانه‌های گروهی، FFA، TSCF ها، و STRTP ها در جهت توسعه راهکارهایی است به منظور:

- پیشگیری و کاهش سرعت شیوع کووید-19 در مجموعه شما.
- پیشگیری و کاهش سرعت شیوع کووید-19 بین مراکز و خارج از آن.

توجه داشته باشید که این سند تنها برای انواع مراکز نام برده شده در عنوان صدق می‌کند و نه گروه‌های مراقبتی. در عوض، گروه‌های مراقبتی باید به اطلاعات مربوطه افراد و خانوارها در وب سایت کووید-19 اداره بهداشت عمومی مراجعه نمایند: ([GuidanceIndividualsHouseholds.pdf](http://GuidanceIndividualsHouseholds.pdf)).

## اطلاعات کلی

### ویروس کرونا جدید چیست؟

کووید-19 به واسطه ویروسی ایجاد می‌شود که پیش از این در انسان مشاهده نشده است. از برخی جهات این ویروس مانند سایر ویروس‌هایی است که قبلاً در انسان مشاهده کرده‌ایم، اما عوامل مهمی وجود دارند که آن را از سایر موارد مشابه مجزا می‌کند:

- اکثر افراد می‌توانند به این بیماری مبتلا شوند. به این علت که بیماری یاد شده تا به حال انسان را آلوده نکرده است، فقط افرادی که این قبلاً به آن مبتلا شده‌اند و افرادی که به طور کامل واکسینه شده‌اند، از احتمال مصونیت برخوردار هستند.

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

- این ویروس نسبت به برخی دیگر از ویروس‌ها به سادگی بیشتری از فردی به فرد دیگر سرایت می‌کند
- این ویروس می‌تواند از فردی که هیچ علائمی نداشته و تصویری از ابتلای خویش ندارد به دیگران منتقل شود.
- در حالیکه این ویروس در بیشتر افراد موجب علائمی خفیف یا ملایم می‌شود، می‌تواند در برخی موارد بسیار جدی یا حتی مرگبار باشد.

## گروه‌های پُرخطر

گروه‌های پُرخطر کووید-19 شامل افراد بالای 65 سال، افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن (از جمله بیماری‌هایی که بر قلب، ریه‌ها یا کلیه‌ها تأثیر می‌گذارد)، و افرادیست که به واسطه بیماری، شیمی درمانی، یا سایر فرآیندهای درمانی یا شرایط پزشکی، سیستم ایمنی‌شان تضعیف شده است.

نوزادان زیر 1 سال و کودکان دارای بیماری‌های زمینه‌ای خاص، از جمله چاقی، آسم، دیابت و سایر موارد، در صورت مبتلا شدن، ممکن است بیش از سایر کودکان در معرض خطر ابتلا به بیماری شدید قرار گیرند. [فهرست کامل شرایط بالقوه پُرخطر](#) در کودکان از طریق CDC قابل دسترسی است.

## علائم متداول کووید-19 چیست؟

افراد مبتلا به کووید-19 دارای طیف وسیعی از علائم خفیف تا بیماری شدید بوده‌اند. علائم کووید-19 ممکن است شامل ترکیب موارد زیر باشد:

- تب (100.4 درجه فارنهایت یا بالاتر)
- سردرد
- سرفه
- تنگی نفس یا مشکل تنفسی
- لرز
- از دست دادن ناگهانی حس چشایی یا بویایی
- خستگی شدید
- گلو درد
- گرفتگی یا آبریزش بینی
- تهوع یا استفراغ
- اسهال
- درد عضلات یا بدن درد

همچنین ممکن است کودکان، علی‌الخصوص نوزادان زیر 1 سال، علائمی مربوط به معده یا کم اشتها/کم غذایی از خود بروز دهند. مراکز باید انجام آزمایش را برای تمامی کارکنان، کودکان و نوجوانان علامت دار تسهیل یا این افراد را به انجام آن تشویق کنند. مخاطبین نزدیک مبتلایان شناسایی شده کووید نیز باید مورد آزمایش قرار گیرند. مراکز باید اگر می‌توانند خودشان آزمایش را انجام دهند. کارکنان می‌توانند در خصوص لزوم انجام آزمایش به ارائه دهنده مراقبت‌های اولیه خود ارجاع داده شوند.

در صورت مشاهده هر یک از علائم هشداردهنده اضطراری کووید-19 سریعاً با خدمات اورژانس پزشکی به شماره 911 تماس بگیرید:

- مشکل تنفسی
- درد مستمر یا فشار بر قفسه سینه
- کبودی لب‌ها یا صورت
- سایر علائم جدی
- به تازگی دچار گیجی شده‌اید یا به سختی از خواب برمی‌خیزید

## کروناویروس‌ها چگونه شیوع پیدا می‌کنند؟

همچون سایر بیماری‌های تنفسی، کروناویروس انسانی اغلب از طریق فرد مبتلای دارای علائم، از طرق زیر به دیگران منتقل می‌شود:

- از طریق قطرات ریز تولید شده، زمانی که فرد مبتلا سرفه یا عطسه می‌کند.
- تماس شخصی نزدیک، مانند مراقبت از فرد مبتلا.

کووید-19 همچنین ممکن است با لمس سطح یا شیء ویروسی و سپس لمس دهان، بینی، یا چشم‌ها خود، شیوع پیدا کند اما تصور نمی‌شود که چنین

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

اتفاقی طریقه اصلی شیوع این ویروس باشد. برخی افراد بدون بروز هیچ‌گونه علائمی به کووید-19 مبتلا می‌شوند اما همچنان می‌توانند باعث شیوع این بیماری به سایرین شوند.

کووید-19 یک بیماری جدید است، و ما هر روز مطالب بیشتری در خصوص نحوه شیوع آن و مدت زمانی که طول می‌کشد تا فرد بیمار شود می‌آموزیم. همزمان با تغییر اطلاعات، ما به شما اطلاع‌رسانی خواهیم کرد. ما به شما توصیه می‌کنیم برای منابع، شامل اسناد مختلف بررسی اجمالی نحوه پیشگیری و مراقبت کووید-19، [سؤالات متداول مدیران محل کار](#) و [راهنمای مراقبت از کودکان مبتلا به علائم کووید-19](#)، به [صفحه وب کروناویروس اداره بهداشت عمومی](#) مراجعه نمایید. منابع تکمیلی در جای مرتبط از طریق این سند ذکر شده‌اند.

## اقداماتی برای حفاظت از سلامت و ایمنی ساکنان و کارکنان

### پیشگیری و کاهش سرعت شیوع کووید-19 در مجموعه شما

<p>1. اقداماتی جهت کاهش خطر سرایت</p>	<p><b>نصب علائم</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- در خصوص اهمیت شستشوی و ضدعفونی دست‌ها، علائمی برای کودکان، نوجوانان، کارکنان، و مراجعان نصب نمایید.</li><li>- علائمی تدارک بینید و مرتباً به کودکان و نوجوانان یادآوری نمایید در صورت داشتن علائم کووید-19 (تب یا لرز، سرفه، تنگی نفس یا مشکل تنفسی، خستگی شدید، درد عضلات یا بدن درد، سردرد، از دست رفتن ناگهانی حس چشایی یا بویایی، گلو درد، گرفتگی یا آبریزش بینی، تهوع یا استفراغ، اسهال) به کارکنان خبر دهند.</li></ul> <p><b>غربالگری</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- بلافاصله غربالگری علائم کلیه کارکنان، مراجعان، کودکان و نوجوانان را انجام دهید. غربالگری ورودی کارمندان، داوطلبان، کارکنان قراردادی یا مراجعان می‌تواند بخشی از راهبرد سازمان برای محدود کردن انتشار کووید-19 در مجموعه‌شان باشد. لطفاً به <a href="#">این سند</a> که دارای راهنمای تکمیلی غربالگری و یک قالب نمونه برای غربالگری فرد پیش از ورود به مجموعه است، مراجعه نمایید. لطفاً در نظر داشته باشید که: 1) غربالگری ورودی همچنین از راه دور یا از طریق روش‌های دیگری که ممکن است راحت تر باشند قابل انجام است و 2) سنجش دمایی فعلی بدن افراد در بدو ورود توصیه می‌شود، اما چنانچه فرآیند غربالگری مشخص کند که فرد مذکور دچار تب بوده، انجام این اقدام اختیاریست.</li><li>- در صورت انجام غربالگری‌های ورودی بصورت حضوری اطمینان حاصل نمایید که:<ul style="list-style-type: none"><li>• حفظ حریم خصوصی و محرمانگی فرد مورد معاینه در محوطه معاینه امکان پذیر است.</li><li>• فرد مورد معاینه، پوشش پارچه‌ای صورت پوشیده باشد و در طول فرآیند غربالگری شش فوت فاصله‌گذاری فیزیکی را از فرد معاینه‌کننده حفظ کند.</li><li>• فرد معاینه‌کننده پوشش پارچه‌ای صورت و نیز، ترجیحاً، محافظ صورت پوشیده باشد. در صورت وجود هرگونه تماس فیزیکی یا تبادل مدارک، معاینه‌کننده از دستکش استفاده می‌کند و از بهداشت مناسب دست (صابون و آب یا ضدعفونی‌کننده دست حاوی حداقل 60٪ الکل) قبل و بعد از غربالگری هر فرد</li></ul></li></ul>
---------------------------------------	--

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

اطمینان می‌یابد.

- در صورت سنجش دمای بدن در محل انجام شود، معاینه‌کننده‌ها به خوبی برای استفاده و نظافت تب‌سنج‌ها آموزش دیده‌اند. استفاده از دماسنج‌های غیر لمسی مورد ترجیح است اما چنانچه از دماسنج لمسی استفاده شود، پس از هر مرتبه استفاده، تمیز می‌شود.
  - کلیه مستندات مربوط به غربالگری ورود و سنجش دمای بدن، سوابق پزشکی هستند. از این رو، رویه‌های مربوط به تکمیل، ذخیره سازی و بررسی سوابق پزشکی باید مطابق مقررات محرمانگی، رسیدگی و نگهداری پرونده‌های پزشکی باشند.
  - اگر افراد طی 10 روز گذشته، وجود علائمی را در خود گزارش کرده باشند، اگر دمای بدن آنان افزایش یافته باشد (بیشتر یا مساوی  $100.4^{\circ}\text{F}$  یا  $38^{\circ}\text{C}$ )، یا طی 10 روز گذشته با شخص مبتلا یا مشکوک به ابتلای کووید-19 تماس داشته باشند، اجازه ورود ندارند.
- لطفاً در خصوص غربالگری کودکان و نوجوانان نیز به بخش 5 در زیر مراجعه فرمایید.

## آداب بهداشت دست و ترشحات تنفسی

- دست‌ها را مرتب با ضدعفونی کننده دست پایه الکلی حاوی حداقل 60٪ الکل یا آب و صابون به مدت حداقل 20 ثانیه بشویید، مخصوصاً پس از استفاده از سرویس بهداشتی، پیش از صرف غذا، و پس از تخلیه بینی، سرفه، یا عطسه.
  - البته توجه داشته باشید که احتیاط‌های لازم جهت استفاده از ضدعفونی کننده دست توسط کودکان خردسال بدون نظارت مستقیم بزرگسالان، لحاظ شوند. (رجوع کنید به <https://www.cdc.gov/handwashing/hand-sanitizer-use.html>).
  - سایر توصیه‌های ایمنی ضدعفونی کننده دست:
    - کلیه ضدعفونی کننده‌های دست را دور از دسترس کودکان نگه دارید و بر مصرف آنها نظارت نمایید.
    - در صورت بلعیدن ضدعفونی کننده دست توسط کودکان یا نوجوانان یا تجربه علائمی پس از استفاده مکرر از این محصولات، در پی مراقبت‌های فوری پزشکی باشید و برای مشاوره با مرکز سموم خود (1-800-222-1222) تماس بگیرید.
  - همینطور توجه داشته باشید که برخی ضدعفونی کننده‌های دست نباید استفاده شوند زیرا ممکن است:
    - حاوی متانول (الکل چوب) یا 1-پروپانول باشند که می‌تواند منجر به مشکلات حاد سلامتی مانند نابینایی، آسیب عصبی و حتی مرگ شود.
    - به میکروب آلوده باشند.
    - در آنها الکل کافی وجود نداشته باشد تا مؤثر واقع شوند.
    - برای جدیدترین اطلاعات، [لیست محصولات آلوده به متانول](#) FDA را بررسی نمایید. اگر محصول شما در این فهرست قرار دارد، بلافاصله استفاده از آن را متوقف کنید.
  - هنگام سرفه و عطسه، با یک دستمال جلوی دهان و بینی را بپوشانید، سپس دستمال را دور بیندازید و دست‌ها را فوراً تمیز کنید. اگر دستمال ندارید، از آستین خود استفاده کنید (نه دستان خود).
  - در صورت امکان، تماس نزدیک و به اشتراک گذاری اقلامی مانند فنجان، ظروف، بازی، اسباب بازی، غذا، و نوشیدنی را به حداقل برسانید.
- فاصله گذاری اجتماعی (فیزیکی) - تا حد امکان، با فراهم ساختن امکان برقراری فاصله حداقل 6 فوت میان

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

کودکان، نوجوانان و افراد، رعایت فاصله گذاری اجتماعی را در سراسر مجموعه ترویج کنید. از دست دادن یا بغل کردن دیگران اجتناب نمایید.

- فضاهای متداول مجموعه را دوباره چیدمان نمایید تا اطمینان حاصل کنید ساکنان تجمع نمی‌کنند.
- فضاهای معمول را به گونه ای تنظیم کنید که صندلی‌ها حداقل 6 فوت یا بیشتر فاصله داشته باشند و پشت به هم باشند، دسترسی به دستمال، ضدعفونی کننده دست، و یک سینک دستشویی نزدیک به سادگی صورت پذیرد.
- در اتاق‌های مشترک، در صورت امکان تختخواب‌ها و گهواره‌ها باید حداقل 6 فوت از یکدیگر فاصله داشته باشند، و بصورت سر- به سمت-پا قرار گیرند، به گونه‌ای که سرها در دورترین فاصله ممکن از یکدیگر قرار داشته باشند.
- وعده‌های غذایی باید بصورت نوبتی یا در فضای باز سرو شوند تا اطمینان حاصل شود فاصله گذاری اجتماعی حفظ می‌شود. به منظور کاهش سرعت شیوع بیماری، در هر وعده غذایی، غذا را برای گروه‌های ثابتی از کودکان و نوجوانان سرو نمایید.
- حمل و نقل کودکان و نوجوانان را تنها به بازدیدهای ضروری محدود کنید.
- فعالیت‌های گروهی می‌توانند همان طور که در بخش 2 در زیر ذکر شده از سر گرفته شده و انجام شوند.

**کنترل جامع منبع** - اقدامات کنترل منبع شامل استفاده از ماسک‌ها یا پوشش‌های صورت می‌باشد. در کمترین حالت، پوشیدن پوشش‌های پارچه‌ای صورت را برای تمامی افراد اعم از کارکنان، مراجعان و کودکان بالای 2 سال الزامی کنید. پوشش‌های صورت یا ماسک برای کلیه افراد در تمامی مناطق مسکونی، همگانی یا مشترک، گذرگاه‌ها، یا محل تجمع کودکان، نوجوانان و/یا کارکنان الزامیست.

- کارکنانی که به تنهایی در محوطه‌هایی محصور کار می‌کنند نیازی نیست پوشش صورت بپوشند مگر آنکه از فضاهای همگانی که ممکن است در آن با سایر کارکنان یا ساکنان تعامل داشته باشند عبور نمایند.
- ماسک‌های جراحی، در صورت وجود، باید برای مراقبین یا هر یک از کودکان یا نوجوانانی که ابتلای آنان به کووید-19 تأیید شده یا مشکوک به ابتلا هستند، رزرو شوند.
- تمام کودکان 2 سال به بالا باید خارج از اتاق خود پوشش‌های پارچه‌ای صورت بپوشند. این امر شامل کودکان و نوجوانانی است که باید به طور منظم برای دریافت خدمات مراقبتی مجموعه را ترک کنند.
- کودکان زیر 2 سال و کودکان و نوجوانانی که به علت بیماری‌های شناختی و پزشکی زمینه‌ای، نمی‌توانند خارج از اتاق خود پوشش صورت بپوشند نباید به اجبار ملزم به پوشیدن آن شوند و یا به اجبار در اتاق‌هایشان بمانند. با این حال، باید تا حد امکان پوشش صورت توصیه شود.
- پوشش صورت نباید بر روی صورت هر فردی که مشکل تنفسی دارد، یا بیهوش بوده، ناتوان است یا در غیر اینصورت بدون کمک قادر به برداشتن آن نیست، قرار داده شود. محافظ‌های صورت یا محافظ‌های صورت همراه با آویزی پارچه‌ای را می‌توان در اختیار ساکنانی که قادر به پوشیدن پوشش صورت نیستند قرار داد.

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<p>- زمانی که کارکنان در اتاق کودک یا نوجوان هستند، ساکنان باید تا حد امکان بینی و دهان خود را حداقل با دستمال و در حالت ایده آل با پوشش پارچه‌ای صورت بپوشانند.</p> <p><b>هم گروهی</b></p> <p>- در هر زمان ممکن، کودکان و نوجوانان باید در گروه‌های کوچک حداکثر 12 نفره‌ای که به طور مکرر در محل اسکان خود، حین صرف وعده‌های غذایی، در طول فعالیت‌ها و غیره با هم تعامل دارند، دسته بندی شوند.</p> <p>- به طور مشابه، لازم است هرگونه تلاشی صورت گیرد تا کارکنان با همان گروه ثابت کار کنند و در محیط‌های مختلف در رفت و آمد نباشند تا میزان مواجهه به حداقل رسد.</p>	
<p>فعالیت‌های گروهی محدود و غذاخوری جمعی مجاز است به شرطی که مجموعه به اقدامات زیر پایبند باشد:</p> <p>- همانطور که در بالا توضیح داده شد، پوشش‌های صورت الزامی هستند.</p> <p>- فاصله گذاری فیزیکی:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• حضور بیش از 12 کودک و نوجوان در هر گروه مجاز نیست.</li><li>• تمام کودکان و نوجوانان باید در طول کلیه فعالیت‌ها حداقل 6 فوت از یکدیگر و از کارکنان فاصله داشته باشند.</li><li>• کلیه کارکنان باید در اتاق‌های استراحت و، تا حد امکان، در حین فعالیت‌های کاری 6 فوت فاصله داشته باشند.</li><li>• فعالیت‌ها باید بصورت شیفتی انجام شوند امکان برقراری فاصله گذاری فیزیکی مناسب‌تر فراهم گردد.</li></ul> <p>○ کودکان و نوجوانان باید حین جابجایی در کنار هم باشند (مثلاً همان گروه از کودکان و نوجوانان هر شب در کنار هم شام صرف کنند) و تا حد امکان کودکان و نوجوانان انفرادی باید به مناطقی خاص ارجاع داده شوند تا بعدها در صورت مثبت شدن تست کووید-19 کودک یا نوجوان، مواجهه با آنان به حداقل برسد.</p> <p>○ از برگه ورود/فهرست کودکان و نوجوانان حاضر در حین فعالیت‌های گروهی استفاده کنید، تا اگر بعدها تست کووید-19 یکی از کودکان یا نوجوانان مثبت شد، از این طریق به ردیابی مخاطبین کمک شود.</p> <p>- ضد عفونی محیطی پیشرفته.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• پس از تخلیه یک محوطه از کودکان، نوجوانان یا کارکنان، کلیه سطوح تماس همگانی و پُر تماس باید ضد عفونی شوند.</li></ul> <p>- در صورت شناسایی مورد ابتلای جدید میان کودکان و نوجوانان، فعالیت‌های جمعی باید به مدت حداقل 14 روز متوقف شود. در این مدت، این مجموعه باید رویه‌های کنترل سرایت و پیشگیری خود را برای جلوگیری از بروز موارد ابتلای جدید بازنگری کند. پس از آنکه طی 14 روز هیچ مورد ابتلای جدیدی میان کودکان یا نوجوانان شناسایی نشد، فعالیت‌های جمعی می‌تواند با رعایت اقدامات جامع کنترل منبع و فاصله گذاری فیزیکی مشروح در بالا، از سر گرفته شود.</p> <p>- در صورت مثبت شدن تست کووید-19 یکی از کودکان یا نوجوانان (علامت دار یا بدون علامت) یا مواجهه آنان با فرد مبتلا به کووید-19، کودک یا نوجوان موردنظر باید همانطور که در بخش 5 و 13 زیر شرح داده شده، ایزوله یا قرنطینه شود. کودک یا نوجوانان نباید تا برآورده شدن معیارهای موجود در بخش 5 یا 13 زیر و خروج</p>	<p>2. غذاخوری جمعی و فعالیت‌های گروهی</p>

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<p>از قرنطینه یا ایزوله، در غذاخوری جمعی و فعالیت‌های همگانی شرکت کند و به امکانات یا تجهیزات مشترک دسترسی داشته باشد.</p>	
<p>3. مراجعان</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- عیادت‌کنندگان ضروری و دستیاران متخصص ضروری جزء مراجعان مجاز می‌باشند.</li><li>- متخصصان قراردادی بهداشت و درمان شامل مشاورین، ارائه دهندگان خدمات و کارشناسان، چنانچه مجموعه ضروری تشخیص دهد، به عنوان دستیاران متخصص ضروری تعریف می‌شوند.</li><li>- مراجعان ضروری بصورت زیر تعریف می‌شوند:<ul style="list-style-type: none"><li>• افراد پشتیبان ضروری برای بیماران دارای ناتوانی‌های جسمی، فکری، و/یا رشدی و بیماران مبتلا به اختلالات شناختی؛ یک فرد پشتیبان ضروری می‌تواند در کنار بیمار حضور داشته باشد.</li><li>• انجام ملاقات‌های دستوری به فرمان دادگاه توسط خانواده، وکلای مدافع، و CASA ها (وکلای متخصص منصوب دادگاه)</li></ul></li><li>- تمامی مراجعان ضروری مجازند به مجموعه وارد شوند و باید:<ul style="list-style-type: none"><li>• در هنگام ورود غربالگری شوند. در صورتی که نتیجه غربالگری مراجعه‌کننده‌ای مثبت شود (از نظر علائم و/یا مواجهه با کووید-19) یا حال او نامساعد باشد، ملاقات‌های ضروری باید به تعویق بیفتند.</li><li>• برای محافظت دیگران، در طول مراجعه پوشش پارچه‌ای صورت یا ماسک مناسب دیگری بپوشند مگر آنکه این کار برخلاف توصیه‌های پزشکی باشد. چنانچه مراجعه‌کننده ضروری قادر یا مایل به رعایت این اقدامات احتیاطی نیست، محدودیت ورود در نظر بگیرید.</li><li>• مراجعه خود را تنها به اتاق کودک یا نوجوانان مورد ملاقات یا مکان دیگری که توسط مجموعه تعیین شده محدود نمایند. اگر از نواحی سرپوشیده برای انجام ملاقات استفاده می‌شود، از یک اتاق با تهویه مناسب استفاده کنید (مانند اتاقی با پنجره‌های باز).</li><li>• در کمترین حالت، بهداشت دست را قبل و بعد از ملاقات انجام دهید.</li><li>• فاصله گذاری فیزیکی را ضمن حضور در مجموعه رعایت کنید.</li><li>• کارکنان باید جهت اطمینان از رعایت دستورالعمل‌های کنترل سرایت، بر ملاقات نظارت کنند (فاصله گذاری ایمن، پوشش صورت، عدم تماس فیزیکی) تا عیادتی ایمن را برای کودکان/نوجوانان و همچنین عزیزان تضمین گردانند.</li><li>• به مراجعان توصیه می‌شود که نشانه‌ها و علائم عفونت تنفسی خود را تا حداقل 14 روز پس از ترک مرکز تحت نظر داشته باشند و در صورت بروز علائم، در خانه در انزوای شخصی قرار گیرند، و در صورت مثبت شدن تست کووید خود، با ارائه دهنده خدمات درمانی‌شان تماس حاصل نمایند، و مرکز را از تاریخ(هایی) که در آنجا حضور داشتند، افرادی که با آنان در تماس بودند، و محل‌هایی در محدوده مرکز که از آن بازدید نمودند مطلع نمایند. مراکز باید بلافاصله مخاطبین گزارش شده را معاینه کند و کلیه اقدامات لازم برای تدابیر احتیاطی کنترل سرایت را بر اساس یافته‌ها اتخاذ نماید.</li></ul></li><li>- مراجعان غیر ضروری:<ul style="list-style-type: none"><li>• عیادت در فضای باز با رعایت الزامات زیر می‌تواند از سر گرفته شود:<ul style="list-style-type: none"><li>○ ملاقات‌ها باید از قبل برنامه ریزی شوند.</li><li>○ عیادت در فضای باز از کودکان و نوجوانانی که مبتلا به کووید-19 نیستند، مجاز است (ساکنان ناحیه سبز).</li><li>○ عیادت‌کنندگان باید در هنگام ورود معاینه شوند. به عیادت‌کنندگانی که نشانه‌ها یا علائم کووید</li></ul></li></ul></li></ul>	

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

- دارند، نباید تا به پایان رساندن دوره انزوای لازم، اجازه ملاقات داده شود. عیادت کنندگانی که با مبتلایان کووید-19 مثبت تماس قطعی داشته‌اند، تا اتمام دوره قرنطینه خود نباید به ملاقات افراد بیایند.
- مراجعان باید فاصله گذاری فیزیکی 6 فوت یا بیشتر را رعایت کنند. اگر برقراری فاصله 6 فوت ممکن نیست، می‌توان از یک حائل پلاستیکی شفاف استفاده نمود.
- کودکان، نوجوانان و مراجعان باید پوشش صورت بپوشند.
- کارکنان باید جهت اطمینان از رعایت دستورالعمل‌های کنترل سرایت، بر ملاقات نظارت کنند (فاصله گذاری ایمن، پوشش صورت، عدم تماس فیزیکی) تا عیادتی ایمن را برای کودکان/نوجوانان و همچنین عزیزان تضمین گردانند.
- اگر شرایط جوی مانع انجام عیادت در فضای باز شود، فضاهای بزرگ همگانی با درب یا پنجره باز گزینه‌ای جایگزین هستند. در صورت وجود حداقل یک مورد ابتلای مثبت کووید-19 در میان ساکنان و/یا کارکنان، عیادت در فضای سرپوشیده مجاز نیست. در صورت عدم وجود موارد ابتلای کووید-19 در بین ساکنان و/یا کارکنان مجموعه طی 14 روز، عیادت در فضای سرپوشیده مجاز است.
- همچنین مقررات دیگری باید پشتیبانی امور عیادتی وضع گردد.
- به ارائه‌ی راهکارهای ارتباطی جایگزین همچون تماس مجازی (تلفن، تماس تصویری، و ...) برای افرادی که در نبود این راه‌ها اقدام به انجام عیادت حضوری می‌کنند ادامه دهید.
- یک مجرای ارتباطی (ایمیل، وب سایت، شماره تماس با پیام ضبط‌شده، و غیره) برای ارتباط به‌روز با خانواده‌ها ایجاد نمایید.
- برای تماس‌های ورودی، برای هر خانواده کارکنان مشخصی را تعیین نمایید تا تماسشان را پاسخ دهند، و به‌طور مداوم با خانواده‌ها تماس بگیرید تا آن‌ها را به‌روز نگه دارید.

## غربالگری ساکنان

- در زمان پذیرش، تمامی کودکان و نوجوانان جدید ورود را در خصوص **علائم کووید-19** ارزیابی نمایید.
- در صورت امکان، حداقل روزی یکبار تمام کودکان و نوجوانان را در خصوص علائم جدید ارزیابی نمایید. به کودکان و نوجوانان یادآوری نمایید که هرگونه علائم جدید کووید-19 را به کارکنان گزارش دهند.
- در صورت امکان، دمای بدن ساکنان را در زمان پذیرش و بصورت روزانه توسط دامسنج یکبار مصرف ارزیابی نمایید. تب عبارت است از دمای 100.4 درجه فارنهایت یا بالاتر.
- با توجه به شرایط فعلی شیوع بیماری، می‌توان فرض را بر آن گذاشت که هر یک از ساکنان دارای علائم بیماری تنفسی، به کووید-19 مبتلاست و انجام آزمایش سارس-کوو2 به همراه تست PCR باید به وی توصیه شود. در صورت تناسب با استقرار هرگونه روش تشخیصی جایگزین، انجام آزمایش عوامل بیماری‌زای تنفسی از جمله آزمایش آنفلوآنزا را توصیه نمایید.
- از انجام انزوای پیشگیرانه ذکر شده در زیر، برای کلیه ساکنان بیماری که تست آنان در حال بررسی بوده و یا نتیجه تست کووید-19 آنان مثبت شده، اطمینان حاصل نمایید.
- سوابق معاینه دمای بدن ساکنان باید نگهداری شود.
- در صورتی که کودک یا نوجوانی این مرکز را موقتاً ترک کند (مثلاً برای انجام ملاقات خانگی یا اگر بدون اجازه خارج شده است) و ممکن است احتمالاً طی حضور در خارج از مجموعه، مواجهه‌ای پرخطر داشته باشد، کودک/نوجوان، باید در صورت امکان به مدت 10 روز، ترجیحاً در بخش یا محوطه‌ای جدا از مرکز، در قرنطینه باقی بماند.

4. غربالگری کودکان و نوجوانان برای علائم کووید-19



# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

5. زمانی که ساکنان علائم بیماری دارند

ساکنانی که علائم بیماری دارند را ایزوله کنید

تمامی ساکنانی که علائم کووید-19 دارند، صرف نظر از اینکه آزمایش کووید-19 داده‌اند یا خیر، باید در ناحیه زرد (قرنطینه) قرار گیرند. این ناحیه نباید لزوماً فضای فیزیکی مجزایی در مجموعه باشد، اما ساکنان ناحیه زرد چنانچه در یک اتاق بصورت تکی اقامت دارند، باید در اتاق خود بمانند، یا اگر هم اتاقی دارند به اندازه 6 فوت یا بوسیله حائل فیزیکی [طلق شیشه‌ای، پرده] از وی فاصله بگیرند.

- تمامی کودکان و نوجوانان علامت دار را برای کووید-19 آزمایش کنید.
- کودکان علامت داری که تست کووید-19 آنان منفی شده باید تا سپری شدن 24 ساعت بدون داشتن تب و بهبودی علائم‌شان در ناحیه زرد باقی بمانند.
- کودکان علامت داری که تست کووید-19 آنان مثبت شده، باید سریعاً به یک ناحیه قرمز، که ناحیه‌ای جدا از سایر ساکنان است، منتقل شوند.

• این مکان باید یک ساختمان، اتاق یا محلی معین باشد، جدا از کودکان و نوجوانان بدون علامت، و ترجیحاً دارای سرویس بهداشتی مجزا باشد.

• بیرون از تمامی مناطق ایزوله، علائم مشخصی نصب کنید تا کارکنان، کودکان و نوجوانان مطلع شوند که باید از آن نواحی دوری کنند.

• اگر در نظر گرفتن اتاق‌ها یا ساختمان‌هایی مجزا برای اقامت کودکان و نوجوانان کووید+ میسر نیست، باید پارتیشن‌هایی (مثلاً با ملافه، کمد و غیره) ساخته شود که تا حد امکان میان کودکان و نوجوانان کووید مثبت و کووید منفی حائلی ایجاد شود.

○ یک سرویس بهداشتی مجزا باید تنها برای استفاده مبتلایان کووید+ تعیین شود. اگر این امکان وجود نداشته باشد، تمیز کردن اتاق پس از استفاده توسط یک فرد دارای علائم، ضروری است.

○ در صورتیکه نیاز باشد کودکان و نوجوانان کووید+ از محوطه‌ای که افراد بدون علامت در آن حضور دارند عبور داده شوند، آنها باید ماسک جراحی بپوشند و زمان حضور در این محوطه را به حداقل رسانند.

○ کودکان و نوجوانان کووید مثبت باید وعده‌های غذایی را جدا از ساکنان کووید منفی صرف کنند.

▪ چنانچه لازم است فضای غذاخوری باید به اشتراک گذاشته شود، وعده‌های غذایی را بصورت نوبتی سرو نمایید تا کودکان و نوجوانان علامت دار همزمان با کودکان و نوجوانان بدون علامت غذا نخورند و پس از استفاده هر گروه، به منظور کاهش خطر سرایت بیماری، غذاخوری را تمیز کنید.

○ صفحات قابل حمل، ملافه و غیره (با سایر روش‌های تشکیل پارتیشن) باید در راستای ترویج انطباق با تفکیک در فضاهای اشتراکی مورد استفاده قرار گیرند.

▪ در صورت استفاده از صفحات، رعایت قوانین و مقررات مربوط به آیین‌نامه حریق ساختمان حائز اهمیت است. (مانند تداوم دسترسی به راهروهای تخلیه و نپوشاندن زنگ‌های اعلام حریق).

○ تعداد کارکنانی که در تعامل چهره به چهره با کودکان و نوجوانان کووید مثبت هستند را به حداقل رسانید. دستورالعمل‌هایی را به همه کارکنان ارائه دهید تا از شیوع بیماری جلوگیری شود. بخش 15

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<p>راهنمای استفاده از تجهیزات حفاظتی شخصی برای کارکنانی است که با کودک یا نوجوانان علامت دار در تماس بوده‌اند.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ در صورت تحقق شرایط زیر، ایزوله کودک/نوجوان در ناحیه قرمز می‌تواند متوقف شود:<ul style="list-style-type: none"><li>▪ سپری شدن حداقل 10 روز از نخستین مرتبه بروز علائم و گذشت حداقل 24 ساعت از قطع تب بدون مصرف داروهای تب‌بر و بهبودی علائم (مانند سرفه و تنگی نفس). افرادی که شدیداً دچار نقص ایمنی هستند ممکن است به مدت 20 روز یا بیشتر نیاز به ایزوله داشته باشند. برای مشاهده جزئیات بیشتر در مورد این گروه از کودکان/نوجوانان به بخش 7 در زیر مراجعه نمایید.</li></ul></li><li>○ کارکنان باید بصورت روزانه وضعیت کلیه کودکان و نوجوانانی که در ایزوله به سر می‌برند را جهت پایش علائم و مشخص نمودن پایان مدت ایزوله، ثبت نمایند.</li><li>○ اگر کودک یا نوجوانان علامت داری، به سبب عوارض بیماری کووید-19 در گروه افراد در معرض خطر بالا قرار می‌گیرد (به طور مثال داشتن بیماری مزمن)، در صورت شدت یافتن علائم وی، بلافاصله با ارائه دهنده مراقبت‌های اولیه‌شان (PCP) تماس بگیرد یا به یکی از کارکنان اطلاع دهید که با 911 تماس بگیرد. در زمان تماس با 911، کارکنان باید به مأمور اعزام کننده اطلاع دهند که ساکن موردنظر دارای علائم کووید-19 می‌باشد.</li></ul> <p>در صورت مشاهده هر یک از علائم هشداردهنده اضطراری کووید-19 سریعاً با خدمات اورژانس پزشکی به شماره 911 تماس بگیرید:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- مشکل تنفسی</li><li>- درد مستمر یا فشار بر قفسه سینه</li><li>- اخیراً دچار گیجی شده‌اید، یا ناتوانی در بلند شدن از جا</li><li>- کبودی لب‌ها یا صورت</li></ul>	
<p>ساکنان بدون علامتی که تست آنها مثبت می‌شود، باید به ناحیه قرمز منتقل شوند و از همان رویه‌های ساکنان کووید مثبت علامت دار پیروی نمایند.</p>	<p>6. هنگامی که تست یک کودک یا نوجوانان بدون علامت مثبت می‌شود</p>
<p><b>کارکنان علامت دار</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- کارکنان باید بصورت روزانه بر علائم خود نظارت نمایند و در صورت بیماری جهت بازگشت به منزل ترغیب شوند. این افراد را برای انجام آزمایش سارس-کوو-2 به ارائه دهنده مراقبت‌های اولیه‌شان ارجاع دهید.</li><li>- اگر تست کووید کارکنان مثبت شد، کارکنان، کودکان و نوجوانانی را که مخاطبین نزدیک هستند شناسایی کرده و آزمایش هدفمند را انجام دهید (به بخش 11 را مراجعه نمایید). راهبرد آزمایش هدفمند را پیاده سازی کنید و از <a href="#">راهنمای آزمایش هدفمند</a> پیروی نمایید.</li><li>- <a href="#">دستورالعمل انزوای خانگی</a> باید در اختیار کارکنان مشکوک به ابتلا یا کارکنانی که مبتلای قطعی کووید-19 هستند قرار گیرد و باید به آنان ابلاغ شود که برای انزوای شخصی به خانه بروند و در صورت شدت یافتن علائم به ارائه دهنده خدمات درمانی خود اطلاع دهند.</li></ul>	<p>7. زمانی که کارکنان علائم بیماری دارند</p>

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<p>- کارکنان دارای علائم بیماری که از آنها خواسته شده در خانه از خود مراقبت نمایند تنها زمانی می‌توانند انزوای خانگی خود را خاتمه دهند که شرایط زیر در مورد ایشان صدق نماید:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• سپری شدن حداقل 10 روز از نخستین مرتبه بروز علائم و گذشت حداقل 24 ساعت از قطع تب بدون مصرف داروهای تب‌بر و بهبودی علائم (مانند سرفه و تنگی نفس).</li></ul>	
<p><b>کارکنان بدون علامت</b></p> <p>- کارکنان بدون علامتی که تست‌شان مثبت شده باید پس از انجام تست، برای انزوای شخصی به مدت 10 روز، به خانه فرستاده شوند و خواسته شود از دستورالعمل‌های مندرج در بخش 8 بالا پیروی کنند.</p>	<p>8. هنگامی که کارکنان بدون علامت هستند و تست آنان مثبت است</p>
<p><b>گزارش مورد ابتلا</b></p> <p>- در صورتی که نتیجه تست کووید-19 2 یا تعداد بیشتری از کودکان، نوجوانان و/یا کارکنان مجموعه شما مثبت شد، در طول روز از طریق شماره 213-397-3993 یا شماره 240-7821 (888) یا بصورت آنلاین از طریق وب سایت <a href="http://www.redcap.link/covidreport">www.redcap.link/covidreport</a> به اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس اطلاع دهید.</p>	<p>9. گزارش موارد ابتلای علامت دار در کودکان، نوجوانان یا کارکنان</p>
<p><b>آزمایش نظارتی</b></p> <p>- مراکزی که در حال حاضر بین ساکنان یا کارکنان هیچ مورد کووید-19 تشخیص داده شده‌ای ندارند، باید هر 7 روز تست نظارتی 25٪ از کل کارکنان را انجام دهند (به عنوان مثال هر 7 روز کارکنان مختلفی را برای انجام آزمایش برگزینند).</p> <p><b>آزمایش واکنشی</b></p> <p>- هنگامی که مبتلایان کووید-19 مثبت (ساکنان یا کارکنان) شناسایی می‌شوند، آزمایش کلیه ساکنان و کارکنان باید هر 7 روز یکبار انجام شود تا زمانی که دیگر هیچ مورد ابتلایی در 2 نوبت متوالی آزمایش شناسایی نشود. پس از اتمام این آزمایش، مجموعه مربوطه باید هر 7 روز مجدداً به انجام آزمایش‌های نظارتی 25٪ کارکنان بپردازد.</p> <p><b>آزمایش هدفمند</b></p> <p>- اگر مجموعه برای آزمایش زنجیره‌ای تمام ساکنان و/یا کارکنان قادر نیست به تست دسترسی داشته باشد، برای انجام آزمایش، ابتدا تمامی مخاطبین نزدیک فرد مبتلا به کووید-19 را در اولویت قرار دهید. در صورتی که آزمایش، تعداد بیشتری از موارد ابتلا را شناسایی کند، تحقیقات تازه‌ای پیرامون مبتلای جدید آغاز می‌شود تا مخاطبین نزدیک او نیز شناسایی، ایزوله و آزمایش شوند. این پروتکل برای هر مورد ابتلای شناسایی شده در مجموعه تکرار می‌شود. به <a href="#">راهنمای آزمایش هدفمند</a> مراجعه نمایید. جهت اخذ نمونه‌های سارس-کوو-2 (نازوفارنکس، قسمت میانی سوراخ بینی، سواب بینی یا حلق) برای انجام آزمایش PCR و ارسال این نمونه‌ها از مجموعه به آزمایشگاه بالینی تجاری ساز و کاری شناسایی کنید. منابع مندرج در زیر، خدمات مجموعه‌ای در محل ارائه می‌دهند.</p> <p>- جهت یافتن آزمایشگاه، این مجموعه ابتدا باید به <a href="#">راهنمای مرجع DHS</a> یا <a href="#">آزمایش نیروی کار کالیفرنیا</a> ارجاع داده شود.</p> <p>- اگر در جریان همه‌گیری، مجموعه ظرف مدت 1 هفته قادر به یافتن آزمایشگاهی برای انجام تست نباشد، DPHN مربوطه که پس از گزارش مورد ابتلا به این مرکز تخصیص یافت، برای انجام آزمایش توسط تیم (ضربت) آزمایش گروهی</p>	<p>10. راهبردهای آزمایش را پیاده سازی کنید</p>

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

اداره بهداشت عمومی ترتیبات لازم را انجام خواهد داد. در صورت نیاز، یک جعبه ابزار تست برای کمک به مراکز جهت ایجاد ارتباط با آزمایشگاه ایجاد شده است. این جعبه ابزار در نشانی زیر قابل دریافت است:  
<http://public.health.lacounty.gov/acd/ncorona2019/healthfacilities/ccf/#testing>.

11. قرنطینه چه زمانی مشخص می‌شود؟

## کودکان و نوجوانان در معرض ابتلا

- کودکان و نوجوانانی که با فرد علامت دار تماس نزدیک داشته‌اند، باید به مدت 10 روز در قرنطینه (در ناحیه زرد) قرار گیرند.
- تعریف تماس نزدیک عبارت است از:
  - تماس در فاصله کمتر از 6 فوت از فرد علامت دار (صرف نظر از آنکه ابتلا به کووید-19 از طریق آزمایش تأیید شده باشد یا خیر) به مدت 15 دقیقه یا بیشتر در یک بازه زمانی 24 ساعته. همچنین توجه داشته باشید که اگر حتی دو طرف ماسک/پوشش صورت بپوشند، اما کماکان تماس آن را تماس نزدیک قلمداد می‌کنیم.
  - تماس با مایعات بدن و/یا ترشحات بدن فرد علامت دار (سرفه/عطسه به سمت شخص، ظروف مشترک، یا بزاق دهان) یا ارائه مراقبت‌های بالینی مستقیم به فرد علامت دار بدون زدن ماسک جراحی و دستکش.
- تماس می‌تواند در حالیکه فرد بیمار علامت دار بوده است یا تا 48 ساعت (دو روز) قبل از بروز علائم بیماری در وی، بین او و پرسنل، کودک یا نوجوان مبتلا، یا شخصی خارج از مجموعه رخ داده باشد.
  - قرنطینه شخصی باید به مدت 10 روز از زمان تماس ادامه پیدا کند.
  - اگر کودک یا نوجوانی در دوره قرنطینه علائم بیماری از خود بروز دهد، دستورالعمل‌های ایزوله مشروح در بخش 6 اعمال می‌شود. دوره ایزوله کودک یا نوجوانان باید از زمان آغاز بروز علائم در ایشان در نظر گرفته شود و نه آغاز دوره قرنطینه.

## کارکنان در معرض ابتلا

- کارکنانی که با کودکان، نوجوانان یا کارکنان کووید مثبت تماس نزدیک داشته‌اند، باید برای قرنطینه به خانه فرستاده شوند یا آنکه به مدت 10 روز در محل مجموعه قرنطینه شوند.
- دستورالعمل‌های مربوط به قرنطینه کارکنان مانند همان دستورالعمل‌های مربوط به ساکنان می‌باشد (به بخش قرنطینه ساکنان در معرض ابتلا در بالا، مراجعه نمایید).
- با این وجود، در زمان کمبود شدید نیروی کار، کارکنان کادر درمان بدون علامت، که در محل کار در معرض فرد مبتلا به کووید-19 مثبت قرار گرفتند، می‌توانند به شرط پوشیدن تجهیزات حفاظت شخصی مناسب و پیروی از اقدامات کنترل سرایت به کار خود ادامه دهند. برای اطلاعات مربوط به تجهیزات حفاظت شخصی به بخش 17 و 18 زیر مراجعه نمایید.
  - کارکنان کادر درمان بدون علامت که در معرض بیماری بوده‌اند و به کار کردن ادامه می‌دهند، باید دو بار در روز خود را در خصوص علائم کووید-19 پایش کنند، یک مرتبه پیش از آمدن به سرکار و حدوداً دوازده ساعت بعد.
  - کارکنانی که در خانه در معرض ابتلا قرار می‌گیرند، باید مدت 10 روز در منزل قرنطینه شوند و سپس می‌توانند به محل کار بازگردند.

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<p><b>ناحیه سبز (منطقه غیر کووید)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• بهبود یافته کووید</li> <li>• قرنطینه انجام شده X 14 روز</li> <li>• هرگز علائمی نداشته و نتیجه تست منفی است</li> </ul>	<p><b>ناحیه زرد (قرنطینه)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• پذیرش جدید یا پذیرش مجدد</li> <li>• مواجهه با کووید</li> <li>• ساکنانی که به طور منظم برای انجام دیالیز، شیمی درمانی، سایر معالجات از مجموعه خارج می‌شوند</li> <li>• علامت دار و نتیجه تست</li> </ul>	<p><b>منطقه قرمز (ایزوله)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• کووید مثبت، علامت دار یا بدون علامت</li> </ul>	<p>12. شماتیک جابجایی ساکنان بین نواحی</p>
<p>مواجهه با کووید</p> <p>تست کووید (+)</p> <p>علائم کووید</p> <p>14 روز پس از قرنطینه و علائم برطرف شده‌اند</p> <p>10 روز پس از انزوا و علائم برطرف شده‌اند</p>			
<p><b>بازگشت به کار بعد از انزوا یا قرنطینه</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- پرسنلی که ابتلای او به کووید-19 تشخیص داده شده یا علائم کووید-19 دارد، می‌تواند پس از تحقق شرایط زیر به محل کار بازگردد:</li> <li>• سپری شدن حداقل 10 روز از نخستین مرتبه بروز علائم و گذشت حداقل 24 ساعت از قطع تب بدون مصرف داروهای تب‌بر و بهبودی علائم (مانند سرفه و تنگی نفس). کارکنان بدون علامت که تست آنان مثبت شد می‌توانند 10 روز پس از انجام آزمایش کووید-19 خود، به محل کار بازگردند.</li> <li>- پرسنلی که مخاطب نزدیک فرد مبتلا بوده‌اند می‌توانند 10 روز پس از آخرین تماس خود با فرد مبتلا، به محل کار بازگردند.</li> </ul>			<p>13. بازگشت کارکنان به محل کار</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- برنامه شرایط اضطراری خود را به اجرا بگذارید تا از کارکنان خود و ساکنان محافظت نمایید.</li> <li>- در صورت مشاهده هر یک از علائم هشداردهنده اضطراری کووید-19 در ساکنان سریعاً با فوریت‌های پزشکی به شماره 911 تماس بگیرید:</li> <li>• مشکل تنفسی</li> <li>• درد مستمر یا فشار بر قفسه سینه</li> <li>• اخیراً دچار گیجی شده‌اید، یا ناتوانی در بلند شدن از جا</li> <li>• کبودی لب‌ها یا صورت</li> </ul>			<p>14. اقدامات لازم برای مورد (موارد) ابتلا مثبت کووید-19</p>

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<ul style="list-style-type: none"><li>- اطلاعات لازم را نصب نمایید و بصورت مستمر کارکنان خود، کودکان و نوجوانان را از توصیه‌های بهداشتی عمومی مرتبط با پیشگیری از شیوع بیماری و تغییر در خدماتی که ممکن است به مبتلایان مرتبط باشند مطلع گردانید.</li><li>- اطمینان حاصل نمایید در خصوص کلیه فضاهای متداول مجموعه، اقدامات مستمر و اثربخش نظافت محیطی صورت گرفته باشد.</li><li>- در صورت وجود دو یا تعداد بیشتری از مبتلایان قطعی کووید مثبت طی 14 روز گذشته، این موارد را همانگونه که در بخش 10 بیان شد، گزارش کنید.</li><li>- متخصصان بهداشت محیط می‌توانند برای مشاوره و ارائه کمک‌های فنی در خصوص اقدامات بهداشتی و نظافت به محل مراجعه کنند. شما می‌توانید با تماس با طرح بهداشت محیط از طریق شماره 430-5201 (626) درخواست متخصص بهداشت محیط نمایید.</li></ul>	
<p style="text-align: center;"><b>تجهیزات حفاظتی شخصی برای کارکنان</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- کارکنان که با افراد علامت دار در تعامل هستند باید ماسک جراحی در اختیار ساکنان قرار دهند و خود نیز هنگام تماس نزدیک با ساکنان، ماسک جراحی یا در صورت وجود، ماسک تنفسی N95 بپوشند (اگر آزمون اندازه بودن انجام شده است) و محافظ صورت یا عینک ایمنی بزنند. ماسک‌های KN95 معادل ماسک‌های جراحی هستند.</li><li>- اطمینان حاصل نمایید تمامی کارکنان دستان خود را تمیز می‌کنند، از جمله قبل و بعد از تماس با ساکنان، بعد از تماس با سطوح یا تجهیزات آلوده، قبل از پوشیدن دستکش، و بعد از در آوردن لوازم محافظتی مانند دستکش، روپوش، و ماسک جراحی یا ماسک تنفسی N95.</li></ul> <p style="text-align: center;"><b>فعالیت‌های مراقبتی (برای مراکزی که این خدمت را ارائه می‌نمایند)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- برای تمامی فعالیت‌های مراقبتی و نظافت عمومی، بخصوص اگر شما ممکن است با خون، مایعات بدن، ترشحات، مدفوع، پوست مجروح، یا سطوح یا ملافه‌هایی که آلوده به خون یا سایر مواد عفونی هستند در تماس باشید، دستکش یکبار مصرف بپوشید. دستکش‌ها را بعد از استفاده برای هر بیمار دور بیندازید، آن را مجدداً استفاده نکنید. قبل و بعد از پوشیدن دستکش، بهداشت دست را انجام دهید.</li><li>- چنانچه فرد ساکن مبتلا به بیماری تنفسی است، حین انجام فعالیت‌های مراقبتی در فاصله 6 فوت، ماسک جراحی یا ماسک تنفسی N95 و محافظ صورت یا عینک ایمنی بپوشید. در زمان انجام این فعالیت‌ها اطمینان حاصل نمایید که به صورت فرد ساکن نیز ماسک زده شده باشد. هنگام کار با بیماران در نواحی زرد و قرمز، در طول ساعت کاری باید از ماسک جراحی یا ماسک تنفسی N95 استفاده شود و در صورت آلودگی بایستی آنها را درآورد. آنها را دوباره استفاده نکنید.</li><li>- هنگام درآوردن دستکش و ماسک ابتدا دستکش را درآورده و دور بیندازید. سپس، بلافاصله دستان خود را با آب و صابون به مدت حداقل 20 ثانیه بشویید یا از یک ضدعفونی کننده دست پایه الکلی استفاده نمایید. سپس، ماسک را درآورید و دور بیندازید و فوراً دوباره دستان خود را با آب و صابون بشویید یا از ضدعفونی کننده دست پایه الکلی استفاده کنید.</li><li>- موارد مصرف شامل (1) فعالیت‌های مراقبتی که پاشش یا اسپری در آنها محتمل می‌باشد و/یا (2) فعالیت‌های مراقبتی پر تماس، از جمله حمام کردن به گونه‌ای که احتمال انتقال عوامل بیماری‌زا به دست و لباس فرد مراقب در آنها وجود داشته باشد.</li></ul>	<p>15. راهنمای استفاده از PPE</p>

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

<ul style="list-style-type: none"><li>- در صورت امکان، کودکان و نوجوانانی که علائم بیماری تنفسی دارند را در رختخواب حمام کنید تا از پاشیدن مایعات جلوگیری کرده و ماسک‌ها خیس نشوند.</li><li>- در صورت کمک به کودکان یا نوجوانان هنگام غذا خوردن، دستان خود را پیش از آماده سازی غذا بشویید و اگر فردی که به او غذا داده می‌شود بیمار است، البسه حفاظتی مناسب از جمله دستکش و ماسک بپوشید.</li><li>- هنگام شستشوی ظروف دستکش بپوشید و پس از درآوردن دستکش دست‌ها را بشویید.</li></ul>	
<p><b>اقدامات نظافتی</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- بصورت منظم و اثربخش تمامی سطوح و اشیایی پُر تماس، از جمله دستگیره در، نرده پله، صفحه روی پیشخوان، دستگیره شیر آب، و تلفن را تمیز و ضدعفونی نمایید.</li><li>- نظافت محیطی باید بوسیله یک ماده ضدعفونی کننده ثبت شده در EPA که به مدت زمان خیساندن توصیه شده سازگار است، انجام گیرد. به راهنمای اداره بهداشت عمومی در خصوص نظافت در محیط‌های گروهی مراجعه نمایید.</li><li>• در صورتیکه محصول ضدعفونی ثبت شده EPA در دسترس نیست، از ماده سفید کننده کلر (با مقدار تقریبی 4 قاشق چای خوری سفید کننده در یک کوارت آب یا 5 قاشق غذاخوری (1/3 پیمانه) سفید کننده به ازای هر گالن آب استفاده کنید). محلول سفید کننده را بصورت روزانه یا در مواقع نیاز تهیه نمایید. نوارهای تست می‌توانند جهت آزمایش قدرت محلول مورد استفاده قرار گیرند.</li><li>• ضدعفونی کننده‌های پایه الکلی در صورتی که حاوی بیش از 70٪ الکل باشند و زمان تماس آنها مطابق با دستورالعمل‌های درج شده روی برچسب محصول باشد، قابل استفاده هستند.</li><li>- ملافها، ظروف غذاخوری، و بشقاب‌های متعلق به افراد بیمار لازم نیست بصورت جداگانه تمیز شوند، اما نباید بدون شستشوی کامل به اشتراک گذاشته شوند. به پرسنل نظافت در خصوص خودداری از بغل کردن و تکاندن لباس‌های کثیف جهت پیشگیری از آلوده کردن خود آموزش دهید. به پرسنل نظافت آموزش دهید تا بلافاصله بعد از کار با البسه آلوده دستان خود را با آب و صابون بشویند یا از یک ضدعفونی کننده دست پایه الکلی استفاده نمایند.</li></ul> <p><b>تدارکات</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- تهیه لوازم کافی برای بهداشت مناسب، از جمله دسترسی آسان به مکان‌های شستشوی دست تمیز و سالم، صابون، دستمال توال، و ضدعفونی کننده دست پایه الکلی (به ویژه در نزدیکی محل صرف غذا و سرویس‌های بهداشتی).</li><li>- ایستگاه‌های بهداشت دست (سینک‌هایی با صابون آنتی باکتریال و ژل حاوی الکل) باید در سراسر مجموعه، به ویژه در ورودی آن، در دسترس باشند.</li><li>- اطمینان حاصل نمایید دستمال کاغذی در دسترس افراد قرار دارد و در تمامی سینک‌ها به میزان کافی صابون و دستمال توال برای شستشوی دست وجود داشته باشد.</li><li>- در طول روز، طبقه انجام بهداشت مناسب دست را به کودکان و نوجوانان یادآور شده و آموزش دهید، بخصوص بعد از استفاده از سرویس بهداشتی و قبل از صرف غذا.</li><li>- اگر کارکنان به کودک یا نوجوان خدمات مراقبتی ارائه می‌کنند، یک سطل آشغال در نزدیک خروجی و داخل اتاق هر یک از کودکان یا نوجوانان قرار دهید تا دور انداختن اقلامی مانند دستکش، ماسک جراحی، و روپوش برای کارکنان آسان شود.</li></ul> <p><b>نکته:</b> متخصصان بهداشت محیط اداره بهداشت عمومی می‌توانند در صورت لزوم کمک فنی لازم در خصوص اقدامات</p>	<p>16. بهترین الگوهای عملیاتی در خصوص بهداشت و خدمات نظافت منزل</p>

# بیماری کروناویروس (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس

راهنمای خانه‌های گروهی، سازمان‌های بهزیستی، مراکز سرپناه شبانه موقت نوجوانان و طرح‌های مسکونی/درمانی کوتاه مدت

بهداشتی و نظافت را در محل مجموعه شما فراهم آورند. شما می‌توانید با تماس با طرح بهداشت محیط از طریق شماره 430-5201 (626) درخواست متخصص بهداشت محیط نمایید.

## پیشگیری و کاهش سرعت شیوع کووید-19 در بین مراکز

### حمل و نقل

- انتقال دسته جمعی کودکان و نوجوانان را تنها به موارد ضروری محدود کنید.
- هنگام انتقال کودکان و نوجوانان دارای علائم لازم است:
  - کودکان و نوجوانان دارای علائم نباید همراه با ساکنان فاقد علائم منتقل شوند.
  - کودکان و نوجوانان 2 سال به بالا که دارای علائم هستند باید ماسک جراحی بپوشند.
  - از انتقال چندین کودک و نوجوان دارای علائم بصورت یکجا خودداری کنید. هنگامی که لازم است چندین کودک و نوجوان به طور همزمان منتقل شوند، بایستی فاصله گذاری اجتماعی مناسب (بیش از 6 فوت) مابین کودکان، نوجوانان و همچنین راننده رعایت شود. کودکان با نوجوانان باید در سمت مخالف راننده و در دورترین صندلی نسبت به وی قرار گیرند.
  - شیشه‌های خودرو باید به منظور ایجاد تهویه مناسب هوا پایین کشیده شوند.
  - اقلام مورد نیاز برای بهداشت مناسب شامل دستمال، سطل آشغال یا کیسه زباله برای دور انداختن دستمال‌های مصرف شده، و ضدعفونی کننده دست پایه الکلی را منظور نمایید.
  - اگر بدلیل وخامت شرایط تنفسی کودک یا نوجوانان قصد دارید تا او را به یک مرکز مراقبتی با سطح بالاتر منتقل کنید به بخش اورژانس یا سایر منتقل کنندگان اطلاع دهید که کودک یا جوان به بیماری تنفسی نامشخصی مبتلا است.

### راهنمای رانندگان

- رانندگان کودکان و نوجوانان علامت دار باید اقدامات احتیاطی مناسب را لحاظ نمایند؛ از جمله پوشیدن تجهیزات حفاظتی شخصی، شامل ماسک جراحی یا در صورت وجود، ماسک N95 (اگر آزمون اندازه بودن انجام شده باشد).

### منابع تکمیلی

- وب سایت کروناویروس LAC DPH: <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
- شبکه هشدار سلامت لس آنجلس: اداره بهداشت عمومی (DPH) تماس‌های دارای اولویت را از طریق LAHAN به متخصصین درمانی ایمیل می‌نماید. عناوین مطالب شامل شیوع محلی یا کشوری بیماری و خطرات نوظهور مرتبط با سلامت می‌باشد. <http://publichealth.lacounty.gov/lahan/>
- [سؤالات متداول](#)
- [آنچه باید بدانید \(اینفوگرافیک\)](#)
- [نظافت در محیط‌های گروهی](#)
- [شستشوی دست](#)
- [راهنمای اقامت چند خانوادگی](#)
- [راهنمای مراکز پرستاری تخصصی و سؤالات متداول](#)

چنانچه سؤالی دارید و می‌خواهید با فرد مسئولی صحبت کنید از طریق شماره 1-1-2 با خط اطلاعاتی شهرستان لس آنجلس که بصورت 24 ساعته آماده پاسخگویی می‌باشد، تماس بگیرید.

ما قدران تعهد و از خودگذشتگی شما برای حفظ سلامت شهرستان لس آنجلس هستیم.