



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه

بیمارستان محمد کرمانشاهی

آموزش نحوه مراقبت در منزل

در کرونا ویروس (کوئید ۱۹)

گروه هدف: بیماران و همراهان

این راهنما به منظور آمادگی مقابله و کنترل بیماری شدید تنفسی ناشی از کورونا ویروس تهیه گردیده است.

**علائم اصلی:** تب بالاتر از ۳۷/۸ و کمتر از ۴۰ درجه، سرفه خشک، تنگی نفس، احساس خستگی یا کوفتگی، احساس ناراحتی در قفسه سینه. بی اشتهایی، احساس گرگی بینی.

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

**نکته:** شروع علائم بر خلاف انفلوانزا تدریجی است و عوامل زمینه ساز کاملاً در بروز آن موثر است.

**دوره کمون:** دوره کمون بیماری از ۲ تا ۱۴ روز متغیر است.

**نکته:** امکان سرایت بیماری به دیگران تا ۲۴ ساعت بعد از پایان تب و سایر علائم بیماری وجود دارد.

تعریف موارد بیماری

**مورد مشکوک**

- بیمار با شرح حال سرفه خشک یا لرز یا گلودرد همراه با تنگی نفس با یا بدون تب

- بیمار با عائم تنفسی فوقانی/تحتانی با تظاهرات رادیولوژیک بصورت انفیلتراسیون مولتی لوبولر یک یا دو طرفه در CT scan یا گرافی قفسه صدی

**مورد محتمل**

- هر مورد مشکوک که در عرض ۱۴ روز قبل سابقه تماس نزدیک با مورد قطعی COVID-19 را داشته یا سابقه حضور در مناطق با اپیدمی COVID 19 داشته باشد.
- فرد مبتلا به پنومونی که علیرغم درمان های مناسب ، پاسخ بالینی نامناسب داشته و به شکل غیر معمول و سرعت غیرقابل انتظاری وضعیت بالینی بیمار حادث تر و وخیم تر شود.

**مورد قطعی**

- جداسازی ویروس COVID-19 از فرد با علائم تنفسی

**توجه:**

افرادی که تحت درمان سرپایی قرار می گیرند، باید در صورت بروز هر کدام از علائم زیر سریعاً به مراکز بیمارستانی منتخب ارجاع شوند:

۱. تنگی نفس و تنفس دشوار
۲. تشدید سرفه
۳. عدم قطع تب
۴. عائم کاهش سطح هوشیاری

## اندیکاسیون های بستری:

بیمارانی که علاوه بر مشکلات تنفسی حاد پالس اکسی متری کمتر از ۹۳ درصد داشته باشند.

برای بیماران سرپایی نیازی به نمونه گیری نمی باشد. هر بیماری که بستری شود باید از نظر ژن E مورد بررسی قرار گیرد در صورت

منفی بودن از نظر ژن E سایر بیماری ها از جمله آنفلوآنزا در نظر گرفته شود با توجه به محدودیت در انجام آزمایش های تایید تشخیص، این آزمایش فقط برای بیمارانی که تست ژن E مثبت و نیاز به انتوباسیون دارند، انجام می شود

بیماری که علائم بالینی همراه با تصاویر رادیولوژیک مثبت دارد، به عنوان مورد مثبت برای درمان تلقی می شود

## درمان دارویی

### ۱- رژیم دو دارویی

رژیم درمانی دو دارویی در بیماران سرپایی:

اسلتامیویر +هیدروکسی کلروکین/کلروکین

### ۲. رژیم سه دارویی

سلتامیویر +هیدروکسی کلروکین/کلروکین + لوپیناویر/ریتوناویر

\*طول مدت درمان متناسب با پاسخ بالینی بیمار می تواند تا ۱۴ روز افزایش یابد

### ۳-رژیم چهار دارویی

در شرایطی که هر یک از عائم زیر وجود داشته باشد، بعنوان بیماری بسیار شدید در نظر گرفته شده ۴ دارویی درمان می شود.

۱. کاهش سطح هوشیاری
۲. تعداد تنفس بیشتر یا مساوی ۲۴
۳. فشار خون کمتر از ۹۰/۶۰
۴. درگیر منتشر ریوی با توجه به گرافی یا سی تی اسکن
۵. کاهش اکشیژن خون

اسلتامیویر +هیدروکسی کلروکین/کلروکین +

لوپیناویر/ریتوناویر+ریباویرین

## نکات کلیدی تجویز و پایش درمان

- کپسول اسلتامیویر به منظور تحمل گوارشی بهتر است همراه غذا تجویز شود.
- در کودکان برای تهیه سوسپانسیون محتوی کپسول اسلتامیویر را می توان در حجم مشخص از شربت ساده یا آب میوه حل نمود سوسپانسیون آماده شده در دمای اتاق تا ۱۰ روز و در یخچال تا ۱۷ روز قابل استفاده است سوسپانسیون قبل از مصرف تکان داده شود .
- قرص هیدروکسی کلروکین همراه غذا تجویز شود. شکسته یا خورد نشود. جهت گاواژ، پوشش قرص با پنبه الکلی پاک شده و در ۲۰ میلی لیتر آب سوسپانسیون شده و بافاصله گاواژ شود .
- لوپیناویر/ریتوناویر همراه غذا تجویز شود. در صورت نیاز به گاواژ دارو، قرص در ۲۰ میلی لیتر آب سوسپانسیون شده و بافاصله گاواژ شود .
- قرص یا کپسول ریباویرین همراه غذا مصرف شود. در صورت نیاز به گاواژ دارو، محتوای کپسول در ۲۰-۱۰ میلی لیتر آب سوسپانسیون و گاواژ شود .
- جهت جلوگیری از تداخلات دارویی هیچ دارویی بدون دستور پزشک مصرف نشود بخصوص متادون، اندانسترون، متوکلوپرامید، کوئتیاپین
- توجه به حجم ادرار که در بزرگسالان ۰/۵ سی سی در ساعت در کودکان ۱ سی سی در ساعت طبیعی تلقی می شود
- ترخیص بیماران صرفاً براساس بهبودی عایم بالینی و عدم وابستگی به دستگاه ونتیلاتور و بعد از ترخیص بیماران مثبت، مطابق پروتکل سرپایی پیگیری و مراقبت شوند.

## توجهات

- بیمار باید حتماً از ماسک معمولی استفاده نماید و در صورت خیس شدن یا هر ۴ ساعت یکبار معدهم گردد.
- توصیه می شود یک فرد مسئول رسیدگی به بیمار مبتلا به کرونا باشد و این فرد بیشتر از سایر اعضای خانواده اصول بهداشتی را رعایت نماید و کمترین تماس را با محیط خارج از خانه و سایر افراد خانواده داشته باشد.



- فرد مراقبت کننده در تمام لحظات مراقبت از بیمار ماسک به صورت داشته و قبل و بعد از هر مراقبت دست ها ی خود را طبق دستورالعمل ها ی عمومی عنوان شده ضدعفونی کند.
- توصیه می شود تمام لوازم شخصی بیمار شامل لوازم بهداشت شخصی، ظروف مورد استفاده برای غذا خوردن و لوازم محل استراحت بیمار مانند بالش و ملافه و تشک از سایر اعضا ی خانواده جدا و مختص بیمار مبتلا به کرونا باشد. و سرویس بهداشتی و سطوح و وسایل بیمار روزانه ضدعفونی شود لازم است بیمار تحرک معمول را داشته باشد.
- لوازم و محیط اطراف بیمار مکرراً ضدعفونی شود سطوح با پارچه مرطوب شده با مواد ضد عفونی کننده یا وایتکس رقیق شده ۱٪ انجام شود. روزانه یکبار ضدعفونی کردن اتاق ها کفایت می کند.
- مراجعه به مراکز درمانی در صورتی که دما ی بدن از ۳۷/۳ درجه بالاتر است و یا وجود علائم سرفه خشک، تنگی نفس یا احساس ناخوشی غیرطبیعی.

- رژیم غذایی هفتگی متعادل برای بیمار برنامه ریزی کنید و در هنگام آماده سازی و پخت غذا تمام موارد بهداشتی عنوان شده به خصوص شستن مداوم دست ها به روش صحیح را رعایت کنید.
- تمام تلاش خود را در جهت حفظ آرامش خود و بیمار به کار ببرید و سعی کنید محیطی آرام و بدون استرس در منزل فراهم کنید.
- هوای اتاق بیمار باید روزانه ۱۲ 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 ۱۴ روز از آخرین 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 ۳-۵ زیر زبان و با دهان بسته با فاصله ۲۰ دقیقه از خوردن ، نوشیدن
- **نحوه کنترل تعداد تنفس:** تعداد تنفس ( فقط بالا آمدن قفسیه سینه محاسبه می شود) در وضعیت راحت و بدون جلب توجه به مدت یک دقیقه و با فاصله حداقل ۱۰ دقیقه از فعالیت بدنی
- **نحوه کنترل هوشیاری:** بررسی کیفیت پاسخگویی مناسب به سوالات