

التدريب على أساسيات  
إجراءات الوقاية من العدوى ومكافحتها  
**INFECTION PREVENTION & CONTROL**  
**IPC BASICS Training**

قسم الصحة والتغذية  
قسم المياه والصرف الصحي والنظافة العامة

Health & Nutrition Section  
Water, Sanitation & Hygiene Section (WASH)

---

August 2020

---



# مقدمة عن مرض كوفيد-١٩

**فيروسات كورونا التاجية المسببة للأمراض** هي عائلة كبيرة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. وسميت بالفيروسات التاجية بسبب شكل التاج الذي يظهر عند تكبيرها.

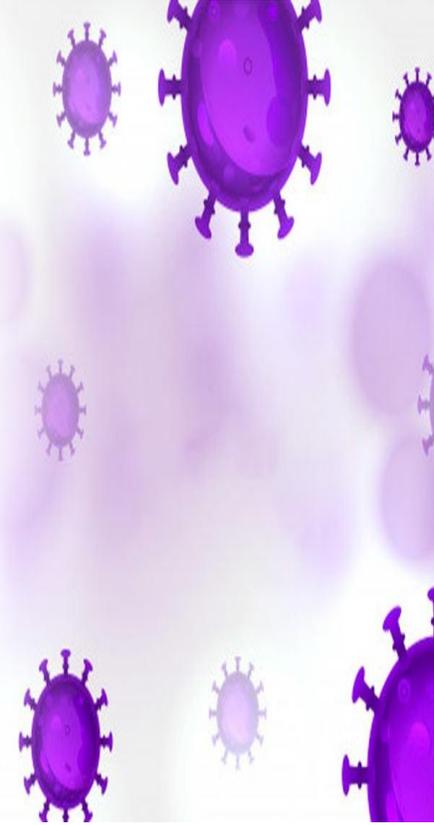
- بشكل عام تسبب الفيروسات التاجية من ٥-١٠% من حالات عدوى الجهاز التنفسي العلوي المكتسبة من المجتمع لدى البالغين (نزلات البرد)، وتحدث بشكل متقطع أو كتفشي متغير الحجم في جميع أنحاء العالم.

- بعض فيروسات كورونا تسبب لدى البشر أمراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس). ويسبب فيروس كورونا المستجد مرض كوفيد-١٩.



**مرض كوفيد-١٩** هو مرض فيروسي معد يسببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا

لم يكن هناك علم بوجود هذا الفيروس قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في كانون الأول/ديسمبر عام ٢٠١٩ وقد تحوّل كوفيد-١٩ إلى جائحة عالمية.



## فترة الحضانة والانتقال

- تعرف فترة الحضانة بالوقت ما بين التعرّض للفيروس (وقت الإصابة) ووقت بداية ظهور الأعراض
- في المتوسط، تبلغ فترة حضانة فيروس كورونا المستجد المسبب لمرض كوفيد-19 ما بين 5-6 أيام وقد تصل إلى 14 يوماً
- خلال هذه الفترة، والمعروفة أيضاً باسم فترة "ما قبل الأعراض"، يمكن أن يكون بعض الأشخاص المصابين بنقل العدوى. لذلك، يمكن أن ينتقل الفيروس من شخص مصاب إلى آخر قبل ظهور الأعراض.
- ولذلك توصي منظمة الصحة العالمية بمتابعة جميع مخالطي الحالات لغاية 14 يوماً

## طرق انتقال فيروس كورونا المستجد

- ينتقل الفيروس من شخص إلى آخر عن طريق الاتصال المباشر مع قطرات الجهاز التنفسي (الرذاذ المتناثر من السعال والعطس والكلام) لشخص مصاب في نطاق مترين، والتلامس مع الأسطح والأدوات الملوثة بالفيروس.
- لا توجد بيانات مؤكدة حول مدة استقرار فيروس كورونا المستجد على الأسطح ، ولكن بسبب أن الفيروس محاط بطبقة دهون فيمكن لمحاليل التعقيم البسيطة أن تقتل أو تبطل مفعول الفيروس.
- تشير الأدلة إلى أن مرضى كوفيد-١٩ يمكن أن ينشروا العدوى بالفيروس في المراحل الأولى للمرض حتى وإن كانوا يعانون من أعراض خفيفة ولا يشعرون بالمرض (التناثر الفيروسي).
- من الممكن أيضا أن ينتقل الفيروس من شخص مريض لا تظهر عليه أي أعراض.
- استنادًا إلى البيانات المتاحة حاليًا ، فإن الأشخاص الذين يعانون من الأعراض يتسببون في الانتشار الأوسع للفيروس.

## أعراض مرض كوفيد-١٩

- تشمل الأعراض الشائعة لمرض كوفيد-١٩ الحمى والإرهاق والسعال الجاف وصعوبة التنفس بالإضافة إلى أعراض تنفسية أخرى.

- قد يعاني بعض المرضى أيضاً من آلام في العضلات واحتقان و/أو سيلان الأنف والإرتباك والصداع، وكانت هناك بعض التقارير عن الإصابة بالإسهال.

- في الحالات الأكثر شدة، يمكن أن يؤدي إلى الإلتهاب الرئوي والأمراض الشديدة والوفاة لدى بعض المرضى (حسب منظمة الصحة العالمية).

- يمكن العثور على المتلازمات السريرية المرتبطة بمرض كوفيد-١٩ في الإرشادات التقنية لمنظمة الصحة العالمية بشأن إدارة المرضى. ([WHO technical guidance on Patient Management](#))

- نظراً للتشابه مع الأنفلونزا وأمراض الجهاز التنفسي الأخرى، يجب دعم التشخيص عن طريق الفحوصات المخبرية المختبر.

من المهم البقاء على علم بآخر المستجدات حول المرض وانتشاره واعتماد المصادر الموثوقة (وزارة الصحة، منظمة الصحة

العالمية، واليونسيف) والاتصال بالخط الساخن ١١١ لأي استفسار حول مرض فيروس كورونا.

## أولاً: الأعراض

- 1 ارتفاع درجة الحرارة، تعب وارهاق، سُعال جاف، صداع، ضيق تنفس، ألم في الحلق.
- 2 احتقان وسيلان الأنف، إسهال وقيء (في بعض الحالات).
- 3 وفي حالات متقدمة من المرض: فشل كلوي، التهاب رئوي حاد.

## ثانياً: طرق انتقال العدوى

ينتقل الفيروس من شخص إلى آخر من خلال الرذاذ الصادر من الشخص المصاب عند العطاس أو السعال مباشرة باستنشاق هذا الرذاذ.

عندما يستقر الرذاذ على الأسطح فيلمسه شخص غير مصاب ثم يفرك أو يلمس فمه أو أنفه أو عينيه.

## ثالثاً: العلاج

لا يوجد حالياً أي علاج أو لقاح، وتبقى الرعاية الداعمة وعلاج الأعراض هي الطريقة الرئيسية للتعامل مع المرض ولا ينبغي استخدام المضادات الحيوية كوقاية أو علاج لفيروس كورونا لان المضادات الحيوية لا تعالج العدوى الفيروسية.

## رابعاً: طرق الوقاية

غسل اليدين جيداً بالماء والصابون أو المواد المطهرة الأخرى خصوصاً بعد السعال أو العطس، استخدام دورات المياه، قبل وبعد وأثناء تجهيز الطعام، لمدة 20-30 ثانية بالماء والصابون.

تغطية الفم عند السعال والعطس بمنديل أو ثني الكوع والتخلص من المنديل في سلة المهملات وغسل اليدين فوراً.

تجنب الاتصال بأشخاص مصابين بأعراض تنفسية، حافظ على مسافة متر على الأقل بينك وبين أي شخص لديه أعراض.

تجنب ملامسة العينين والأنف والفم بأيدي غير مفضولة.

الحرص على اتباع العادات الصحية الأخرى كالتوازن الغذائي والنشاط البدني وأخذ قسط كافٍ من النوم لتعزيز كفاءة جهاز المناعة.

الامتناع عن التقبيل والاعتكاف بالمصافحة.



## تشخيص المرض

**تعريف الحالة المشتبه بها:** أي شخص يعاني من الحمى والسعال والتهاب الحلق وضيق التنفس والالتهاب الرئوي مع تاريخ سفر إلى دولة تم الإبلاغ فيها عن حالات كوفيد-19 في غضون أسبوعين من ظهور الأعراض (أو)

أي شخص يعاني من نفس الأعراض وخاصة إذا كان لديه اتصال مع حالة مؤكدة في غضون أسبوعين من ظهور الأعراض المذكورة.

**تعريف الحالات المؤكدة:** يتم فحص الحالات المشتبهة لمعرفة الحالات المؤكدة الإيجابية باستخدام الفحوصات المخبرية عن طريق أخذ مسحة من الأنف أو البلعوم (PCR)

### المستشفيات المعتمدة:

- مستشفى الأمير حمزة – عمّان

- مستشفى الملك عبدالله المؤسس

- مستشفى الكرك الحكومي

- مستشفى البشير – عمّان

- مستشفى الزرقاء الحكومي الجديد

- مستشفى الجامعة الأردنية – عمان

- مستشفى الأمير هاشم العسكري-الزرقاء

# كيف تحمي نفسك! طرق الوقاية

إن إجراءات الصحة العامة بالغة الأهمية لإبطاء انتشار المرض وهي أنشطة وقائية يومية تتضمن:

- اغسلوا أيديكم بشكل متكرر بالماء والصابون أو قوموا بفركهم بمطهر اليدين الذي يحتوي على ٦٠-٧٠% كحول.
- احرصوا على تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس باستعمال المناديل الورقية وتخلصوا منها فوراً في سلة مهملات مغلقة ثم غسل اليدين جيداً. في حال عدم توفر مناديل ورقية، قوموا بالسعال أو العطس عن طريق ثني الكوع نحو الوجه بدلاً من استعمال اليدين للحد من انتقال الجراثيم وانتشار الفيروس.
- حافظوا على المباشرة الجسدية وتأكدوا من ابقاء المسافة الآمنة (١-٢ متر أو متر واحد على الأقل) وتجنب الاتصال الوثيق مع الآخرين خاصة إذا كنت تعاني من السعال والحمى.
- التنظيف المنتظم للأسطح والأشياء التي يكثر لمسها
- تجنبوا ملامسة الحيوانات سواء حية أو ميتة بشكل عام، والمريضة واللحوم الفاسدة والنفايات والسوائل في الأسواق بشكل خاص.
- احرصوا على الحصول على غذاء سليم ومتوازن.
- اطلبوا الرعاية الطبية مبكراً إذا كنتم تعانيون من الحمى والسعال وصعوبة التنفس.

# ما هي العدوى وما هو مفهوم منع وضبط العدوى

## تعريف العدوى بشكل عام:

هي غزو العوامل المسببة للأمراض وهي الجراثيم (مثل البكتيريا، الفيروسات، الطفيليات، الفطريات) ودخولها إلى جسم حي (المضيف) وتكاثرها والتسبب في ظهور أعراض مرضية ومضاعفات صحية.

## مفهوم منع وضبط العدوى:

سلسلة من الإجراءات والأنشطة التي تتخذها المؤسسات لمنع انتشار العدوى بين الأفراد وتسمى بالاحتياطات القياسية. وهو نهج علمي قائم على حقائق علمية ويقدم حلول عملية مصممة لمنع الضرر الناجم عن العدوى.

## أهداف منع وضبط العدوى في المدارس:

- \* الحد من انتقال العدوى داخل المدارس.
- \* تعزيز سلامة الهيئات التدريسية والعاملين والطلبة والمراجعين.
- ❖ \* تعزيز قدرة المدرسة على الاستجابة في حال تفشي المرض.

# سلسلة نقل العدوى

العامل المسبب للعدوى  
بكتيريا  
فايروسات  
طفيليات

**Infectious Agent**  
Bacteria  
Fungi  
Viruses  
Parasites  
Prions

خزانات العدوى  
الانسان  
الماء  
الطعام

**Reservoirs**  
People  
Water  
Food

**CHAIN OF TRANSMISSION**

سلسلة العدوى

**Susceptible Host**  
Immunosuppression  
Diabetes  
Burns  
Surgery  
Age

مضيف محتمل  
ضعف مناعة  
السكري  
حروق  
العمليات الجراحية  
التقدم في العمر

**Portals of Entry**  
Mucous membrane  
Respiratory  
GI  
Broken skin

بوابات الدخول  
الغشاء المخاطي  
الجهاز التنفسي  
الجهاز الهضمي  
جروح الجلد

**Portals of Exit**  
Blood  
Secretions  
Excretions  
Skin

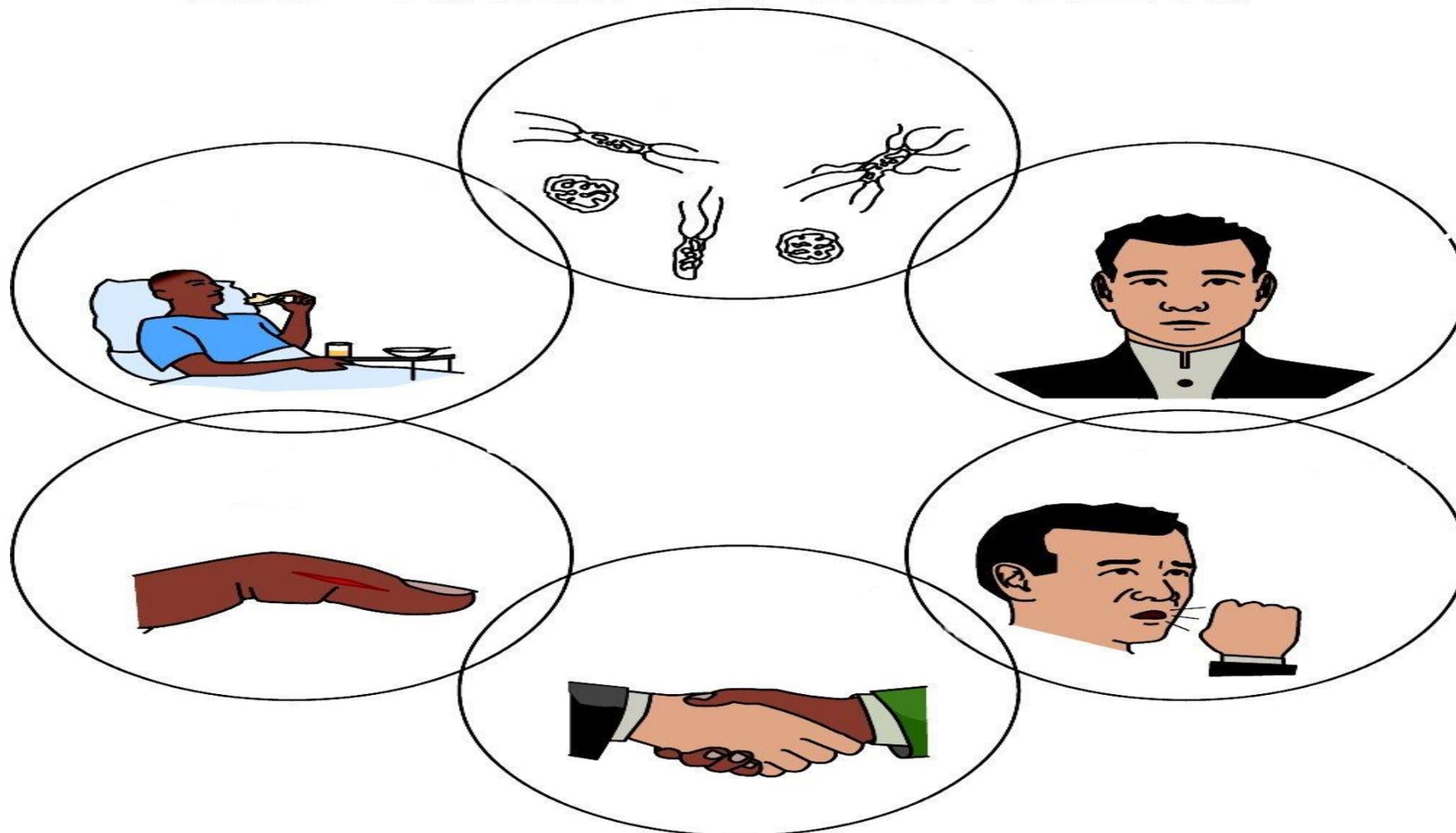
بوابات الخروج  
الدم  
الافرازات  
الجلد

**Modes of Transmission**  
Contact  
Droplet  
Airborne

وسائل الانتقال  
التلامس  
قطرات الرذاذ  
محول جوا

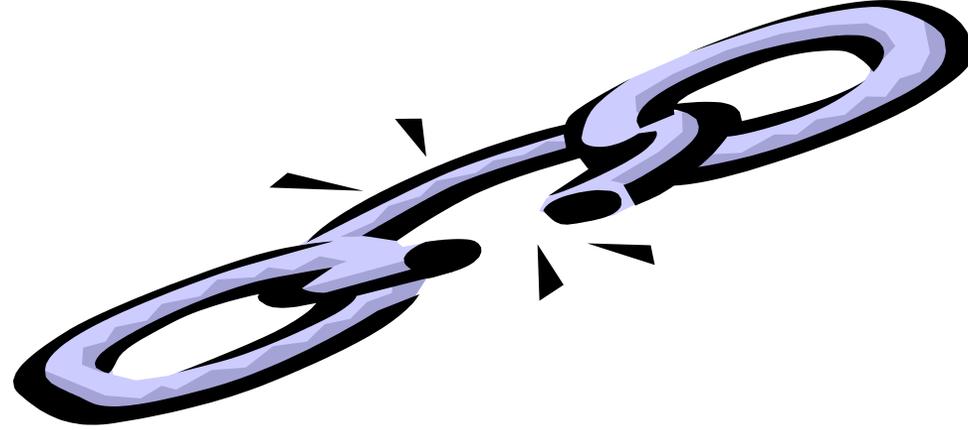
# سلسلة نقل العدوى

## The Chain of Infection



# Breaking the Chain of Infection

يتم كسر سلسلة العدوى



**By following Infection Prevention & Control measures**

عن طريق اتباع اجراءات منع وضبط العدوى

# أساسيات الوقاية من العدوى ومكافحتها

## الجزء الأول: الاحتياطات القياسية

تعرف الاحتياطات القياسية بأنها المستوى الأساسي / الحد الأدنى من إجراءات منع وضبط انتشار العدوى ويتم استخدام هذه التدابير لجميع الناس في جميع الأوقات (بغض النظر إذا كانوا حالات مشتبهة أو مؤكدة).

### لماذا؟

- إن ممارسات الوقاية من العدوى تستخدم لتجنب نقل العوامل المعدية
- تعتبر الاحتياطات القياسية من أهم الاستراتيجيات لمنع انتقال العوامل المعدية
- تعتبر الاحتياطات القياسية خط الدفاع الأول لكسر سلسلة نقل العدوى

## المبادئ الرئيسية للاحتياطات القياسية

- يفترض أن جميع الناس مصدر محتمل للعدوى حتى لو لم تظهر عليهم أي من أعراض المرض.
- يعتمد تحديد مستوى الاحتياطات القياسية على عملية تقييم المخاطر من قبل مقدمي الخدمة لحماية أنفسهم ومنع انتشار العدوى إلى الآخرين
- تقييم المخاطر يحدد تدابير الوقاية التي يتعين استخدامها
- يصف الممارسات الوقائية التي يجب استخدامها طوال الوقت مع الجميع

- ✓ يجب إجراء تقييم المخاطر لتحديد مستوى التعرض للدم وسوائل الجسم والإفرازات والجلد غير السليم
- ✓ اختيار معدات الوقاية الشخصية المناسبة لمستوى الخطر
- ✓ اتخاذ إجراءات النظافة لمنع تلوث البيئة المحيطة

# المبادئ الأساسية لإجراءات السلامة والوقاية في المدارس

- ✓ الالتزام بهذه المبادئ الأساسية يساعد في إيقاف أو إبطاء انتشار الفيروس في البيئة المدرسية
- ✓ راقب صحتك وصحة غيرك وتعزيز عدم الشعور بالخوف
- ✓ بقاء الطلبة والمعلمين وغيرهم من العاملين في منازلهم ممن يعانون أعراضاً نشطة كالحمى والسعال
- ✓ في حال وجود أي أعراض نشطة وقبل العودة إلى المدرسة، يجب احضار تقرير طبي يسمح لهم بذلك
- ✓ تعليم وتشجيع الجميع في المدرسة على ممارسات النظافة الشخصية
- ✓ غسل اليدين بالماء والصابون لمدة ٤٠-٦٠ ثانية أو استخدام مطهر يدين ذو أساس كحولي بتركيز ٦٠٪ كحد أدنى لمدة ٢٠-٣٠ ثانية
- ✓ تنظيف وتطهير جميع الأسطح والحمامات يوميا
- ✓ تهوية جميع الغرف في المدرسة باستمرار
- ✓ الاهتمام بالصرف الصحي وإدارة النفايات بشكل سليم
- ✓ توفير منطقة مخصصة للعزل فور ظهور أعراض المرض على الطلبة أو العاملين



# الحد الأدنى المطلوب من الاحتياطات القياسية التي يجب أن تتوفر في المدارس خلال وباء كوفيد-١٩

- التقيد باشتراطات النظافة والتطهير يوميا، وكلما دعت الحاجة
- توافر مياه نظيفة وبكميات كافية يوميا
- نظافة اليدين
- نظافة الجهاز التنفسي / آداب السعال والعطس
- التباعد الجسدي
- استخدام الحواجز / معدات الوقاية الشخصية حسب مستوى الخطورة
- ضمان الالتزام بالعزل الصحي للطلبة والكوادر الذين تأكدت اصابتهم

# أساسيات الوقاية من العدوى ومكافحتها

## الجزء الثاني: نظافة اليدين

- تعتبر الأيدي مصدراً رئيسياً لنقل العدوى، وهي المسارات الرئيسية لانتقال الجراثيم، لذلك فإن نظافة الأيدي هي من أهم الإجراءات التي تمنع انتشار العدوى والكثير من الأمراض وخصوصاً الأمراض التنفسية.
- يجب غسل اليدين بانتظام بالماء والصابون أو فرك اليدين باستخدام المطهر الكحولي
- غسل اليدين بالماء والصابون ضروري عندما تكون الأيدي متسخة بشكل واضح ومرئي.
- عند عدم توفر المياه النظيفة، يمكن استخدام مطهر الأيدي، الذي يحتوي على 60% على الأقل من الكحول لتنظيف الأيدي، مع الأخذ بعين الاعتبار أن المطهر لا يكون فعالاً عندما تكون الأيدي متسخة جداً، أو دهنية.

# دور اليدين في نقل المرض

١. وجود الجراثيم على جلد الشخص أو الأسطح والأدوات.
٢. تنتقل الجراثيم إلى اليدين
٣. تعيش الجراثيم على اليدين لبضع دقائق
٤. إذا لم يكن غسيل اليدين فعالا سيتم نقل العدوى لشخص أو سطح آخر عن طريق الملامسة

# ه أوقات مهمة لنظافة اليدين

## نظافة اليدين في المدارس :

- قبل بدء الدوام المدرسي، و بشكل متكرر أثناء الدوام، خاصة بعد ملامسة / الاتصال بالزملاء
- نفس اللحظات الخمسة المذكورة في المنزل
- قبل ارتداء وخلع معدات الوقاية الشخصية بطريقة صحيحة وآمنة، فور إزالة القفازات ومعدات الحماية الأخرى وقبل لمس العين أو الأنف أو الفم.
- بعد الاتصال مع الإفرازات والفضلات وسوائل الجسم
- قبل وبعد ملامسة أي شخص، أو سطح أو غرض من خارج المدرسة
- عند الانتقال من غرفة صفية إلى أخرى داخل أو خارج المدرسة بما فيها ساحات اللعب

## المدارس عند اكتشاف حالة مشتبه فيها:

- نفس اللحظات الخمسة المذكورة في المنزل بالإضافة إلى:
- قبل الانتقال من المنطقة المعزولة في المدرسة (منطقة عزل الحالة المشتبه فيها) إلى المنطقة غير المعزولة
- قبل الدخول والخروج من أي مساحات مشتركة في المدرسة بعد التعامل مع الحالة المشتبه فيها المعزولة
- قبل ارتداء وخلع معدات الوقاية الشخصية بطريقة صحيحة وآمنة
- اجراء عملية التنظيف والتعقيم العميق لمنطقة العزل بعد خروج الحالة المشتبه فيها

# الطريقة الصحيحة لنظافة اليدين

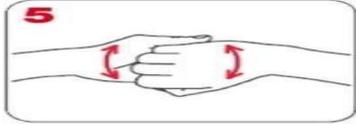
## كيفية تدليك اليدين بالكحول



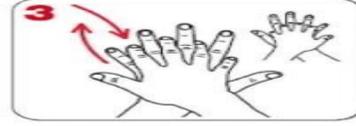
املا قبضة يدك من المطهر مغطيا كافة السطح



باطن اليد بباطن اليد الأخرى



ظاهر الأصابع بباطن اليد الأخرى  
و الأصابع مضمومة



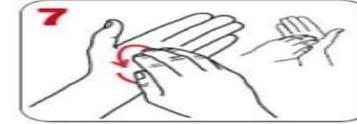
باطن اليد اليمنى على ظاهر اليد اليسرى  
مع تداخل الأصابع والعكس



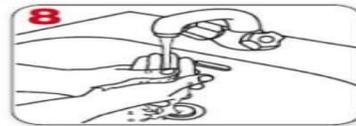
الدلك الدائري للإبهام الأيسر ثم الأيمن



باطن اليد بباطن اليد الأخرى مع  
تداخل الأصابع



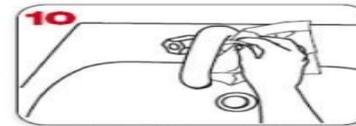
الدلك الدائري للأمام والخلف بأصابع اليد  
اليمنى لباطن اليد اليسرى والعكس



شطف اليدين بماء جاري



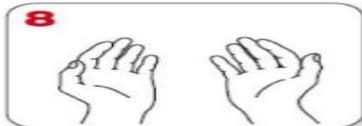
تجفيف اليدين باستخدام فوطة  
نظيفة أحادية الاستخدام



أغلق المياه باستخدام فوطة  
نظيفة أحادية الاستخدام



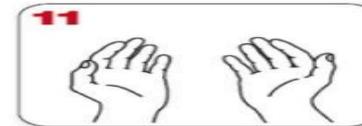
20 - 30 ثانية



يدك آمنة عند جفافها



40 - 60 ثانية



يدك آمنة الآن

# الفرق بين غسل اليدين وفرك اليدين بالمطهر

يعتبر مطهر اليدين ذو الأساس الكحولي أفضل في قتل معظم الجراثيم ولكن الصابون والماء يجرف الجراثيم والأوساخ.

- يجب أن يحتوي مطهر اليدين على ٦٠% كحول كحد أدنى.
- يجب أن تضع ما يكفي من المطهر لفرك اليدين لمدة ٢٠ ثانية حتى يجف.

يجب غسل الأيدي بالماء والصابون بدلاً من المطهر عندما تكون:

- الأيدي متسخة بشكل واضح ومرئي.
- الأيدي ملوثة بالدم وسوائل الجسم.
- بعد استخدام المراحيض.

# التدابير المتعلقة بغسل الأيدي في المدارس

- ✓ على المدرسة وضع واتباع جدول زمني لغسل وتنظيف الأيدي بشكل متكرر، خاصة للأطفال الصغار.
- ✓ الحرص على توفير احتياطي كافي من الصابون والماء النظيف. في حال عدم توفر الماء و الصابون بشكل يجب توفير معقم اليدين المصنوع من الكحول بحيث تكون نسبة الكحول فيه ٦٠% على الأقل.
- ✓ لتنظيم عملية غسل الأيدي و للمحافظة على التباعد الاجتماعي يجب وضع لافتات أو لوحات بصرية وعلامات ارشادية على الأرض، أو العلامات التي من شأنها توجيه حركة الأشخاص تسهم في زيادة مستوى الامتثال إلى ممارسة غسل اليدين.

# الإجراءات المتعلقة بالمغاسل

- يجب توفير الماء النظيف بكميات كافية لتعزيز غسل اليدين بالماء والصابون ولأغراض التنظيف والتعقيم المنتظم ( ١٠ لتر / شخص / يوم حسب المعايير الوطنية للماء و الصرف الصحي و النظافة الشخصية للمدارس).
- ينصح بتوفير مناديل ورقية لأغراض تنشيف اليدين ب غسلها بالطريقة الصحيحة.
- الارتفاع الموصى به للمغسلة والحنفية بالنسبة للأطفال هو بين ٥٠ و ٧٠ سم ويجب ألا يتجاوز ارتفاع ٨٥ سم لضمان وصول مستخدمي الكراسي المتحركة لها.
- القيام بتقييم عدد مرافق غسل اليدين اللازمة في المدرسة بما يتيح غسل اليدين بشكل متكرر مع ضمان التقيد بقاعدة التباعد الجسدي.
- عمل صيانة لمرافق غسل اليدين في المدرسة بشكل دوري.

# أين يجب وضع المغاسل

يجب التأكد من وضع المغاسل عند "نقاط الاستخدام" حيث يحتاجها المستخدم ويجب ان تكون في مكان سهل الوصول

- عند مدخل المنشأة
- في كل نقطة من نقاط تقديم الخدمات/الرعاية
- في المناطق التي يتم فيها وضع معدات الوقاية الشخصية أو خلعها
- حيث يتم التعامل مع النفايات والتخلص منها
- على بعد 5 أمتار من الحمامات كحد أقصى
- عند الخروج من المنشأة
- في غرف الانتظار وغرف الطعام وغيرها من الأماكن العامة



# متى يجب على الطلبة غسل أيديهم في المدرسة

- عندما يصلون إلى المدرسة وقبل أن يعودوا إلى منازلهم
- قبل وبعد أي تنقلات داخل المدرسة (على سبيل المثال إلى غرفة صفية أخرى، التنقلات في الهواء الطلق في الساحة، التنقل من وإلى المدرسة ، وما إلى ذلك)
- قبل الأكل والشرب
- بعد استخدام المراحيض
- بعد العطس أو السعال في اليدين أو باستخدام الماديل الورقية
- كلما كانت الأيدي متسخة بشكل واضح



# متى يجب على الموظفين غسل أيديهم في المدرسة



- عندما يصلون إلى المدرسة وقبل أن يعودوا إلى منازلهم
- قبل تناول الطعام أو في حال مساعدة الأطفال في تناول الطعام
- قبل وبعد إعطاء أو وضع الدواء أو المرهم للطفل أو لنفسه
- بعد استخدام المراحيض
- بعد ملامسة سوائل الجسم (أي سيلان الأنف والبصق والقيء والدم)
- بعد مهام التنظيف
- بعد إزالة القفازات
- بعد التعامل مع القمامة أو النفايات
- كلما كانت الأيدي متسخة بشكل واضح

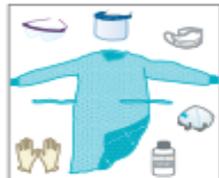
# معدات الوقاية الشخصية

## HOW TO PUT ON AND TAKE OFF

# Personal Protective Equipment (PPE)

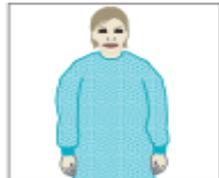


### How to put on PPE (when all PPE items are needed)



#### Step 1

- Identify hazards & manage risk. Gather the necessary PPE.
- Plan where to put on & take off PPE.
- Do you have a buddy? Mirror?
- Do you know how you will deal with waste?



#### Step 2

- Put on a gown.



#### Step 3a

- Put on face shield.

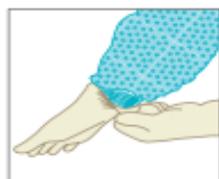
OR

#### Step 3b

- Put on medical mask and eye protection (e.g. eye visor/goggles)



**Note:** If performing an aerosol-generating procedure (e.g. aspiration of respiratory tract, intubation, resuscitation, bronchoscopy, autopsy), a particulate respirator (e.g. US NIOSH-certified N95, EU FFP2, or equivalent respirator) should be used in combination with a face shield or an eye protection. Do user seal check if using a particulate respirator.



#### Step 4

- Put on gloves (over cuff).

### How to take off PPE



#### Step 1

- Avoid contamination of self, others & the environment
- Remove the most heavily contaminated items first

#### Remove gloves & gown

- Peel off gown & gloves and roll inside, out
- Dispose gloves and gown safely



#### Step 2

- Perform hand hygiene



#### Step 3a

##### If wearing face shield:

- Remove face shield from behind
- Dispose of face shield safely



#### Step 3b

##### If wearing eye protection and mask:

- Remove goggles from behind
- Put goggles in a separate container for reprocessing
- Remove mask from behind and dispose of safely



#### Step 4

- Perform hand hygiene

WHO/CDC/JPHI/2007/04  
Epidemiol. Infect. 2008; 136: 1025-1032. Design and layout by Engler White & Design. www.englerwhite.com



## معدات الوقاية الشخصية PPE

كيفية الاستخدام:

<https://www.youtube.com/watch?v=sGFkhd6TaOw>

# الطريقة المأمونة لارتداء كمامة طبية

لا تفعل



لا تكتف بتغطية فمك أو أنفك فقط بالكمامة



لا ترتد كمامة ممزقة أو مبتلة



لا تستخدم الكمامة مرة أخرى



لا تترك الكمامة في متناول الآخرين



لا تنزع الكمامة لتتمدد مع أحد ولا تفعل أي شيء يستدعي لمس الكمامة



لا تلمس الجهة الأمامية من الكمامة



لا ترتد كمامة فضفاضة

تذّكر أن الكمامة وحدها لن تحميك من عدوى كوفيد-19. ابتعد مسافة متر على الأقل عن الآخرين وواظب على غسل يديك بشكل جيد حتى عندما تضع كمامة.

# الطريقة المأمونة لارتداء كمامة طبية

افعل



تفحص الكمامة للتأكد من خلوها من أي ثقوب أو شقوق



اغسل يديك قبل لمس الكمامة



ثبت الكمامة بإحكام على وجهك دون ترك أي فراغات على الجانبين



تأكد من تغطية فمك وأنفك وذلك



ثبت الشريط المعدني أو الطرف الصلب على أنفك



تأكد من توجيه الطرف الملون للخارج



حدد الطرف العلوي حيث يوجد الشريط المعدني أو الطرف الصلب



اغسل يديك بعد التخلص من الكمامة



تخلص من الكمامة فوراً بعد استخدامها، وإفضل إلقاءها في صندوق قمامة مغلق



ابتعد الكمامة عنك وعن الأسطح أثناء نزعها



انزع الكمامة من خلف الأذنين أو الرأس



تجنب لمس الكمامة

تذّكر أن الكمامة وحدها لن تحميك من عدوى كوفيد-19. ابتعد مسافة متر على الأقل عن الآخرين وواظب على غسل يديك بشكل جيد حتى عندما تضع كمامة.

## طريقة الارتداء الآمن للكمامة القماشية غير الطبية

### لا تفعل ←



لا تستخدم  
كمامة معطوبة



لا تلبس كمامة  
فضفاضة



لا تعط كمامتك  
لغيرك



لا تلبس كمامة  
متسخة أو رطبة



لا تلمس الجهة  
الأمامية من  
الكمامة



لا تنزع الكمامة إذا  
كان هناك أشخاص  
على مسافة متر  
واحد منك



لا تُنزل الكمامة  
تحت أنفك

بإمكان الكمامة القماشية أن تحمي الآخرين من حولك. لحماية نفسك ومنع تفشي عدوى كوفيد-19، تذكر أن تبعد مسافة متر واحد على الأقل من الآخرين، وأن تنظف يديك باستمرار وبشكل جيد، وتتحاشى لمس وجهك والكمامة.

## طريقة الارتداء الآمن للكمامة القماشية غير الطبية

### افعل ←



تفحص الكمامة للتأكد من  
أنها سليمة من العطب  
وليست متسخة أو رطبة



نظف يديك قبل لمس  
الكمامة



انزع الكمامة من أربطتها  
خلف الأذنين أو الرأس



نظف يديك قبل نزع  
الكمامة



تجنب لمس  
الكمامة



غطّ بشكل جيد فمك  
وأنفك وذقنك



ثبت الكمامة على  
وجهك بإحكام دون ترك  
فراغات على الجانبين



نظف يديك  
بعد نزع الكمامة



اغسل الكمامة بالصابون  
أو بسائل التنظيف وبماء  
يفضل أن يكون ساخناً، مرة  
واحدة في اليوم على الأقل



اسحب الكمامة  
من أشرطةها  
عندما تخرجها من  
الكيس.



ضع الكمامة في كيس  
بلاستيكي يمكن إغلاقه بإحكام  
إذا لم تكن متسخة أو رطبة  
وكنّت تريد إعادة استخدامها.



اسحب الكمامة بعيداً  
عن وجهك

بإمكان الكمامة القماشية أن تحمي الآخرين من حولك. لحماية نفسك ومنع تفشي عدوى كوفيد-19، تذكر أن تبعد مسافة متر واحد على الأقل من الآخرين، وأن تنظف يديك باستمرار وبشكل جيد، وتتحاشى لمس وجهك والكمامة.

# إجراءات التباعد الجسدي

□ الحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد بين الأشخاص وتجنب الاتصال الجسدي المباشر مع الآخرين (مثل المعانقة واللمس والمصافحة)

□ الرقابة الصارمة على المداخل والمخارج، وضع علامات على الأرض والحواجز)

□ الحفاظ على المسافة الآمنة في المساحات المشتركة، مثل (الممرات، المقاصف،

الطابور المدرسي، المكتبة، الصالة الرياضية، الساحات الخارجية والداخلية،

الدرج، ...)

□ تقليل عدد الأشخاص في المبنى ومنع التجمعات والأماكن المزدحمة

# التدابير الأساسية الخمسة لوجود مدارس آمنة

سياسة البقاء في المنزل للطلبة والأطفال وموظفي المدرسة الذين يشعرون بالمرض أو اختلطوا مع شخص مصاب بفيروس كوفيد-١٩

تطبيق السلوكيات الوقائية: ١. غسل اليدين عند نقاط الدخول والمحطات المنتظمة؛ ٢. تجنب لمس وجهك. ٣. تغطية السعال والعطس. ٤. ارتداء كمامة عند الضرورة. ٥. المحافظة على التباعد الجسدي مسافة متر واحد على الأقل بين كل شخص موجود في المدرسة.

عقد الحصص في الخارج أو في ساحات مفتوحة وجيدة التهوية حينما يكون ذلك ممكناً

الحد من اختلاط الطلبة والأطفال أثناء الحصص وفترات الاستراحة وفترات الغداء وحصص الرياضة وأنشطة ما بعد المدرسة

التنظيف والتطهير المنتظمين للمبنى، والأسطح والأجسام الأكثر تعرضاً للمس

# الارشادات الخاصة بالمدارس في الأردن

تقدم وزارة التربية والتعليم ووزارة الصحة الارشادات التالية للمدارس في الأردن للتعامل مع فيروس كورونا المستجد:

- المبادئ الأساسية لإجراءات السلامة والوقاية في المدارس
- الاطلاع على مستجدات المرض
- ضمان سير الإجراءات بشكل آمن في المدرسة
- تطوير الإجراءات المدرسية حيثما يكون ذلك ملائماً
- التخطيط لاستمرارية التعلم
- التوعية والتثقيف وتبادل المعلومات
- تلبية احتياجات الدعم النفسي - الاجتماعي
- دعم جميع فئات الطلبة في المدرسة

المرافق والملاحق المعتمدة من قبل وزارة التربية والتعليم في وثيقة "خارطة طريق العودة للمدارس ٢٠٢٠/٢٠٢١"

# قائمة التحقق الرئيسية لضمان إعادة الفتح والتشغيل الآمن للمدارس

أي تدبير؟	أي مكوّن؟
<input type="checkbox"/> عرض التعليمات الصحية، المنطبقة على المستخدمين وطاقم العمل	المعلومات والتعميم والتدريب
<input type="checkbox"/> تصميم أنشطة التعلّم والألعاب المتعلقة بالمرض، والسلوكيات الوقائية، وقاعدة التباعد الجسدي	
<input type="checkbox"/> تدريب المعلمين وطاقم العمل في موضوع العدوى، وإجراءات الوقاية منها والسيطرة عليها وتطبيق سلوكيات النظافة الشخصية	
<input type="checkbox"/> وضع إجراء للتعامل مع الطلبة والأطفال وطاقم المدرسة الذين تظهر عليهم أعراض المرض	إجراءات الوقاية من العدوى والسيطرة عليها
<input type="checkbox"/> وضع إجراءات ترحيبية، وتشخيصية للمرض لدى الطلبة والأطفال وطاقم المدرسة عند نقطة الدخول	
<input type="checkbox"/> تحديد اتجاه السير في المبنى وضمان وجود العلامات التوجيهية المناسبة	
<input type="checkbox"/> تحديد المخطط التنظيمي والاستخدام المنطقي للغرف الصفية وأماكن العمل وساحات اللعب للحفاظ على التباعد الجسدي والحدّ من اختلاط الطلبة ببعضهم البعض	
<input type="checkbox"/> تحديد إجراء معين للتحضير الآمن للطعام والخدمات حيثما كان ذلك ضرورياً	
<input type="checkbox"/> تحديد إجراء معين لاستخدام المرافق الصحية (الحمامات) ومرافق غسل اليدين	
<input type="checkbox"/> وضع جدول زمني لغسل الطلبة أيديهم بشكل منتظم	
<input type="checkbox"/> تحديد إجراء معين لتنظيف وتطهير المبنى والأسطح والأجسام التي تتعرض للمس بشكل متكرر	
<input type="checkbox"/> توفير البنى التحتية والخدمات الأساسية للمياه والإصحاح البيئي والنظافة الصحية (WASH) بما في ذلك المغاسل	مرافق وخدمات المياه والإصحاح البيئي والنظافة الصحية (WASH)
<input type="checkbox"/> تحديد كمية الموارد والمعدات والمستلزمات المطلوبة والضرورية لتطبيق تدابير الوقاية من العدوى والسيطرة عليها، وشراؤها والتخطيط لتجديدها،	المعدات والمستلزمات
<input type="checkbox"/> موازنة إطار عملية الرصد بما يتناسب مع إجراءات الوقاية من العدوى والسيطرة عليها و الإلتزام بسلوكيات النظافة الشخصية	الرصد والتقييم
	استخدم/ي الفراغ أدناه أو صفحات إضافية لكتابة أية ملاحظات وتعليقات وتوصيات إضافية.

# كيفية اشراك الطلبة على منع العدوى ومكافحتها للحد من انتشار مرض كوفيد-١٩ وغيرها من الأمراض

## الطلبة في المرحلة الأساسية:

- الاستماع إلى مخاوف الأطفال والإجابة على أسئلتهم بطريقة مناسبة لعمرهم؛ لا تثقل عليهم بالكثير من المعلومات وقم بتشجيعهم على التعبير عن مشاعرهم وإيصالها.
- التأكيد على أن الأطفال يمكن أن يفعلوا الكثير للحفاظ على أنفسهم والآخرين آمنين.
- إدخال مفهوم التباعد الجسدي بطريقة ممتعة
- التركيز على السلوكيات الصحية الجيدة واساليب منع ومكافحة العدوى، مثل تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس بالمناديل الورقية أو بثني الكوع وغسل اليدين
- مساعدة الأطفال على فهم وتطبيق المفاهيم الأساسية للوقاية من الأمراض ومكافحتها باستخدام تجارب ممتعة
- إظهار لماذا من المهم غسل اليدين لمدة ٤٠-٦٠ ثانية بالماء والصابون؛ على سبيل المثال: وضع كمية صغيرة من الالوان المائية في أيدي الطلبة ويكون عليهم غسلها بالماء فقط، لاحظ كم يبقى منها، ثم يكون عليهم غسلها لمدة ٤٠-٦٠ ثانية مع الصابون والماء ولاحظ ما يحدث

## الطلبة في المرحلة الثانوية:

- التأكد من الاستماع إلى مخاوف الطلبة والإجابة على أسئلتهم.
- التأكيد على أن الطلبة يمكن أن يفعلوا الكثير للحفاظ على أنفسهم والآخرين امنين.
- إدخال مفهوم التباعد الجسدي.
- التركيز على السلوكيات الصحية الجيدة، مثل تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس بالمناديل الورقية أو بثني الكوع وغسل اليدين
- تذكير الطلبة بأنهم يستطيعون ان يكونوا نموذجا للسلوكيات الصحية لأسرهم
- تشجيع الطلبة على منع الخجل من المرض والتصدي له
- بناء بيئة للطلبة تمكنهم من نشر المعلومات والحقائق المتعلقة بالصحة العامة.
- إدماج التثقيف الصحي ذي الصلة في مواضيع أخرى، مثلا
- يمكن أن تغطي مادة العلوم دراسة الفيروسات وانتقال الأمراض وأهمية اللقاح
- يمكن أن تركز الدراسات الاجتماعية على تاريخ الأوبئة وتطور السياسات المتعلقة بالصحة والسلامة العامة

# أحد الطلبة ظهرت عليه أعراض مشابهة لأعراض كوفيد-١٩، ماذا أفعل؟

- ✓ اعزل/ي الطالب/ة عن بقية زملائه والعاملين في المدرسة وتحت اشراف، في عيادة المدرسة مثلاً
- ✓ إعداد قائمة بأسماء الطلبة والكوادر الذين اختلطوا مع الطالب المشتبه بإصابته
- ✓ اتصل/ي مع عائلة الطفل، واطلب/ي منهم الاتصال مع الجهات الطبية مقدمة خدمات الرعاية الصحية والقدوم فوراً لأخذ الطفل لفحصه/ها
- ✓ ساعد/ي الأهل بتزويدهم بقائمة المستشفيات التي توفر هذه الخدمة أو رقم الخط الساخن ١١١
- ✓ اطلب/ي من الأهل الالتزام بتعليمات التقرير الطبي وارسال التقرير للمدرسة
- ✓ راقب/ي بقية الطلبة عن كثب دون نشر الذعر أو الخوف بينهم، وحاول بث الطمأنينة والهدوء بين الطلبة
- ✓ اجراء عملية تنظيف شامل للبيئة بمجرد عزل الطفل والتأكد من أن يقوم كل من كان على اتصال بالطفل بغسل أيديهم جيداً.
- ✓ اتباع تدابير الصحة العامة وفقاً للتوجيهات بعد التعرض غير المحمي
- ✓ يجب التبليغ عن الحالة لوزارة التربية والتعليم ووزارة الصحة بأسرع وقت ممكن.
- ✓ التأكيد على عدم حضور الطالب المريض للمدرسة حتى شفائه وفي حال كانت الحالة مؤكدة الاصابة بفيروس كورونا لا يسمح للطلاب العودة إلى المدرسة حتى يتم فحصه وتزويده بتقرير طبي يفيد بانتهاء فترة نقل العدوى.

# أحد الكوادر ظهرت عليه أعراض مشابهة لأعراض كوفيد-١٩، ماذا نفعل؟

- ✓ عزل الموظف/ة المشتبه بإصابته فوراً عن بقية الطلبة وزملائه في المدرسة، في عيادة المدرسة  
مثلاً
- ✓ مساعدة الموظف/ة بتزويدها/ها بقائمة المستشفيات التي توفر هذه الخدمة أو رقم الخط الساخن ١١١
- ✓ الطلب من الموظف/ة المشتبه بإصابته الالتزام بتعليمات التقرير الطبي وإرسال التقرير للمدرسة
- ✓ مراقبة بقية الطلبة والعاملين عن كثب دون نشر الذعر أو الخوف بينهم، وحاول بث الطمأنينة والهدوء في المدرسة
- ✓ اجراء عملية تنظيف وتطهير شامل للبيئة بمجرد عزل الموظف/ة والتأكد من أن يقوم كل من كان على اتصال بالموظف/ة بغسل أيديهم جيداً.
- ✓ اتباع تدابير الصحة العامة وفقاً للتوجيهات بعد التعرض غير المحمي
- ✓ يجب التبليغ عن الحالة لوزارة التربية والتعليم ووزارة الصحة بأسرع وقت ممكن.

# الإجراء الخاص بالطلبة والأطفال وأعضاء الهيئة التدريسية الذين لديهم أعراض في المنزل أو خالطوا مرضى مصابين بفيروس كوفيد-19

## رسائل للأهل والهيئة التدريسية

- إذا ظهرت عليك أعراض، ابق/ي في المنزل مع طلب الاستشارة الطبية بأسرع وقت.
- إذا اختلطت (أو شاركت نفس المنزل) مع مريض ظهرت عليه أعراض فيروس كوفيد-19، احرص/ي على البقاء في المنزل لمدة 14 يوماً بعد بداية ظهور أعراض كوفيد-19 على ذلك المريض.
- قم/قومي بإبلاغ الإدارة المدرسية فور شعورك بالمرض وحرص/ي على أن تكون/ي على اطلاع بأية نتائج فحوص مخبرية وأي تحقيق آخر يتم إجراؤه أثناء تتبع حالات الاختلاط

## الإدارة المدرسية

- قم/قومي بتنظيف وتطهير المبنى المأهول من قبل الشخص المصاب والأسطح التي من المحتمل أنها تأثرت في الساعات الـ 48 التي سبقت ظهور الأعراض عليه.
- قم/قومي بإبلاغ الهيئة التدريسية وأهل الطلبة والأطفال الذين قد يكونوا اختلطوا بالطالب/ة أو الشخص البالغ المريض/ة.
- اعمل/ي مع أخصائيين الصحة المدرسية والباحثين الاجتماعيين على تحديد ودعم الطلبة وأعضاء الهيئة التدريسية الذين تظهر عليهم علامات الضيق.
- اجراء عمليات التحري والرصد النشط من قبل مسؤول الصحة المدرسية

# ماذا علي أن أفعل كمديرة في المدرسة؟

- ✓ تذكر/ي دوما أنت القدوة التي يحتذي بها الجميع.
- ✓ اعتن/ي بصحتك أولاً، التزم/ي المنزل في حال شعرت أنك لست على ما يرام واطلب الاستشارة/الرعاية الطبية
- ✓ حدّث/ي معلوماتك بشكل مستمر عن كوفيد-19 من خلال المعلومات التي توفرها وزارة الصحة ووزارة التربية والتعليم.
- ✓ احرص/ي على نقل ارشادات الوقاية الى الكوادر العاملة والطلبة في المدرسة، واحرص/ي على تكرار تلك الارشادات والنصائح يوميا مع بداية الدوام.
- ✓ احرص/ي على أن يقوم المسؤولين عن النظافة بتطهير وتنظيف أسطح المرافق والأدوات في المدرسة بشكل دوري ومتكرر وتحديدًا كثيرة الاستخدام منها، وذلك باستخدام مواد تنظيف/تطهير ذات أساس كحولي بنسبة لا تقل عن 60% ومحلول الكلور.
- ✓ وزّع/ي المنشورات الإرشادية والتوعوية داخل المدرسة، لتذكير الطلبة والعاملين بضرورة اتباع الإرشادات الوقائية من المرض.
- ✓ قم/قومي بتطبيق نظام لرصد الغياب المدرسي لرصد غياب الطلبة والأطفال والموظفين ومقارنة ذلك مع نمط الغياب الاعتيادي
- ✓ قم/قومي بتتبيه مسؤول الصحة المدرسية بشأن التزايد الكبير في نسبة غياب الطلبة والأطفال والموظفين بسبب أمراض الجهاز التنفسي

- ✓ كن/كوني على معرفة بقائمة المستشفيات التي خصصتها وزارة الصحة لمتابعة المرضى
- ✓ ابق/ي على تواصل مع مديرية التربية التابعة لها مدرستك للحصول على أي مستجدات تتعلق بإجراءات التعامل داخل المدارس، في حال تعليق بعض الفعاليات والإجراءات المعتمدة في حال اغلاق المدرسة.
- ✓ حافظ على الهدوء واحتواء الذعر واحتواء الاشاعات في محيط المدرسة.
- ✓ ابق/ي على اتصال مباشر مع أولياء الأمور وقادة المجتمع المحلي لمتابعة الوضع في المنطقة.
- ✓ انشر/ي المعلومات الصحيحة من المصدر الموثوق وقم/قومي بتعميمها على الكادر التعليمي والطلبة، وخاصة مسؤولي النظافة في المدرسة.
- ✓ شجع/ي الكادر التعليمي والطلبة على تطبيق الإجراءات وابتكار حلول لضمان نشر التوعية حول النظافة العامة.
- ✓ تأكد/ي من تهوية الغرف الصفية ومكاتب المعلمين والمعلمات باستمرار.

# البروتوكول الخاص بالاستقبال والفحص لتحري المرض لدى الطلبة وموظفي المدرسة عند بوابة المدرسة

## التدابير الموصى بها للصحة العامة:

- تحديد الأفواج القادمة والمغادرة من الطلبة، والفصل بينهم إذا كانت بنية المبنى تسمح بذلك. خلاف ذلك، يجب تحديد اتجاه مرور ذي أولوية لضمان التباعد الجسدي.
- المحافظة على التباعد الجسدي في طابور الدخول بكافة الطرق الممكنة (الإشارات، العلامات الأرضية، شريط، حواجز، إلخ).
- الإبقاء على أبواب المدخل مفتوحة أثناء استقبال الطلبة (في حدود ما تسمح به المسائل الأمنية) للحدّ من نقاط التلامس.
- تعيين شخص مدرب ومؤهل أو أكثر لاستقبال الأشخاص على مداخل المدرسة لتنظيم دخول القادمين.
- احرص/ي على ارتداء كمامة لاستقبال الأشخاص وعلى وجود محلول كحولي.
- امتنع/ي عن المصافحة باليدين واستخدام طرق تحية أخرى لا يوجد فيها أي ملامسة.
- خذ/ي بعين الاعتبار إجراء فحص يومي لقياس درجة حرارة الجسم بواسطة ميزان حرارة عن بعد، وتاريخ حالات الحمى أو الشعور بالحمى في الساعات الـ 24 السابقة، عند الدخول إلى المبنى بالنسبة لأعضاء الهيئة التدريسية والطلبة والزوار لتحديد الأشخاص.
- الحدّ من دخول زوار من خارج المدرسة إلى المباني (الأهل، والأشخاص المرافقين لهم الآخرين، إلخ) يمكن وضع استثناء للأطفال الصغار في مرحلة رياض الأطفال.
- توفير إمكانية الوصول المباشر إلى غرفة الصف دون أي تأخير بعد تنظيف الأيدي كما ينبغي.

# البروتوكول الخاص بالمخطط المعماري والاستخدام المنطقي للغرف الصفية وأماكن العمل وساحات اللعب

## التدابير الموصى بها للصحة العامة:

- الحفاظ على مسافة متر واحد على الأقل بين كل شخص موجود في المدرسة حيثما أمكن وبما يتلائم مع سنّ الطلبة (فوق 6 سنوات).
- زيادة المسافة الفاصلة بين الدروج بمسافة متر واحد على الأقل (نموذجياً، حوالي 4 متر مربع لكل طالب أو طالبة، باستثناء الدروج التي يتم وضعها مقابل الحائط أو النافذة أو المكتبة، إلخ).
- نقل الحصص إلى الخارج أو تهوية الغرف
- أبق/ي على الأبواب مفتوحة إلى أن يصل جميع الطلبة.
- الحدّ من اختلاط الطلبة من مختلف الحصص
- الحدّ من اختلاط الصفوف لأنشطة ما بعد المدرسة من خلال الفصل بين الطلبة من نفس الصف عن الطلبة من صفوف أخرى
- ومع ذلك، يجب السماح للطلبة وخاصة الأطفال دون سنّ السادسة (رياض الأطفال) بالاختلاط واللعب معاً مع زيادة عدد مرات غسل الأيدي وتعقيم المواد والألعاب التعليمية التي يتشاركون فيها. ينبغي على البالغين الذين يضعون كمادات أن يكونوا قادرين على تهدئة الأطفال عن طريق اللمس المباشر عند الضرورة.
- إدارة الحصص الرياضية في بيئة آمنة من خلال تأجيل الأنشطة التي تحتاج إلى تلامس مباشر، وتوفير مغاسل لتنظيف اليدين عند المداخل والمخارج، والحدّ من عدد الأشخاص المسموح لهم الدخول إلى غرفة تغيير الملابس في كل مرة، وتحديد طريقة سير أحادية الاتجاه للاعبين عبر المرافق **حسب ما يصدر من تعليمات وقرارات عن وزارة التربية والتعليم**

## الجزء الثالث : تنظيف البيئة المحيطة

• لماذا نحتاج إلى التنظيف البيئي في مدارسنا:

- التنظيف البيئي هو جزء من الاحتياطات القياسية التي يجب تنفيذها بشكل روتيني (ليس فقط من أجل COVID-19)
- يقلل من عدد وكمية العوامل المعدية و مسببات الأمراض
- قد تقضي على طرق نقل الجراثيم من شخص إلى أسطح / أجسام لشخص آخر، مما يقلل من خطر العدوى
- قد تستطيع البكتيريا والفيروسات البقاء على قيد الحياة لأوقات مختلفة على الأسطح او في المناطق حول الأشخاص

# لماذا نحتاج تنظيف البيئة المحيطة

- لماذا نحتاج إلى التنظيف البيئي في مدارسنا:
- تنتشر الكائنات الحية الدقيقة في المرافق ، خاصة إذا كان المريض يسعل أو يعطس أو يعاني من الإسهال.
- قد تستطيع البكتيريا والفيروسات البقاء على قيد الحياة لأوقات مختلفة على الأسطح الجافة او في المناطق حول الأشخاص
- قد يتم لمس الاسطح من خلال شخص مريض
- يقلل تنظيف البيئة بشكل منتظم وعند وجود أسطح ملوثة احتمالية انتقال مسببات المرض.
- الحد من انتقال الكائنات الحية الدقيقة من المناطق الملوثة القذرة إلى المناطق النظيفة.

# أقسام تنظيف البيئة

التطهير

التنظيف

# الفرق بين التنظيف والتطهير

## تنظيف:

إزالة المواد العضوية (مثل الجراثيم) والأوساخ والأتربة عن الأسطح. التنظيف يزيل الجراثيم جسديا ولكن لا يقتلها. يقلل من عدد الجراثيم وبالتالي يساعد على تقليل خطر انتشار العدوى يتم بالماء والمنظفات والعمل الميكانيكي

## تطهير:

تعطيل الجراثيم المنتجة للأمراض على الأسطح لا يدمر الجراثيم البكتيرية. يجب تنظيف المعدات قبل أن يحدث التطهير الفعال المطهرات لا تنظف بالضرورة تطهير الاسطح بعد التنظيف، يمكن أن يقلل من خطر انتشار العدوى

# المبادئ العامة لتنظيف البيئة

- يجب تنظيف العنصر أو السطح أولاً بحيث يكون خالياً من الملوثات والأوساخ و التربة المرئية حتى يتمكن المطهر من العمل
- معظم المطهرات تفقد فعاليتها في وجود المواد العضوية (الأوساخ والأتربة وما إلى ذلك)
- استخدام وتخفيف وفقاً لتعليمات الشركات المصنعة
- تغيير المحلول بشكل متكرر وفقاً لتوصيات الشركات المصنعة
- لا تغمس المماسح و فوط التنظيف المتسخة مرة أخرى بالمطهر
- ارتداء معدات الوقاية الشخصية المناسبة للتعامل مع المواد الكيميائية وفقاً للارشادات على العبوات

# طرق التنظيف والتطهير

- إجراء تقييم المخاطر لتحديد المخاطر في الغرفة
- وضع معدات الحماية الشخصية المطلوبة
- تجميع الأدوات واللوازم اللازمة (ملابس التنظيف، المماسح، المكانس، أكياس النفايات، وما إلى ذلك)
- قم بإزالة القمامة
- التنظيف من نظيف إلى متسخ ومن أعلى إلى أسفل
- تأكد من تنظيف وتطهير جميع الأسطح عالية اللمس
- استخدم قطعة قماش أو ممسحة منفصلة للغرف والحمام
- قم بطي قطعة قماش أو الممسحة لتمكين استخدام الأسطح المختلفة
- لا تغمس قطعة القماش أو الممسحة مرة أخرى في المنظف / المطهر بمجرد استخدامه

# رش المطهرات على الأسطح البيئية في المدارس

- لا يوصى بالاستخدام طريق الرش أو الضباب (المعروف أيضاً باسم التبخير أو التضييب) بعملية التطهير حيث أوضحت الدراسات أن الرش كإستراتيجية تطهير أساسية وسيلة غير فعالة في إزالة الملوثات خارج مناطق الرش المباشرة. علاوة على ذلك ما يترتب على ذلك من آثار صحية، حيث يمكن أن يؤدي رش المطهرات إلى مخاطر على العين أو تهيج في الجهاز التنفسي أو الجلد.
- لا يُنصح ببعض المواد الكيميائية، مثل الفورمالديهايد أو العوامل التي أساسها الكلور أو مركبات الأمونيوم الرباعية ، بسبب التأثيرات الصحية السلبية على العاملين في المرافق التي يتم استخدام هذه الطرق فيها .
- لا يكون الرش فعالاً إن لم يتم التنظيف مسبقاً بمواد تنظيف فعالة لأن الأوساخ تكون عازل لوصول المادة التي يتم رشها، لذا يجب أن يتم تنظيفها بقطعة قماش أو منديل مبلل بالمطهرات.
- بالإضافة إلى ذلك، رش المطهرات، حتى في الهواء الطلق، يمكن أن تكون ضارة بصحة الإنسان.
- رش الأفراد بالمطهرات (كما هو الحال في النفق، خزانة، أو غرفة) لا ينصح به تحت أي ظروف. يمكن أن يكون هذا جسدياً ونفسياً ضار ولن يقلل من قدرة الشخص المصاب على نشر الفيروس من خلال الرذاذ أو الاتصال. علاوة على ذلك، رش الأفراد بالكلور والمواد الكيميائية السامة الأخرى يمكن أن يؤدي إلى تهيج العين والجلد وتشنج قصبي بسبب الاستنشاق والآثار المعدية المعوية مثل الغثيان التقيؤ

# أسطح متكررة اللمس في الأماكن المشتركة في المدرسة: تحتاج تنظيف يوميًا



# كيفية تنظيف وتطهير الأسطح في المنازل والمنشآت العامة

- ✓ قم بارتداء قفازات يمكن التخلص منها عند تنظيف وتطهير الأسطح
- ✓ تخلص من القفازات التي تستخدم لمرة واحدة بعد كل تنظيف.
- ✓ تخصيص القفازات القابلة لإعادة الاستخدام إذا تم استخدامها لتنظيف وتطهير الأسطح لـ COVID-19 لا ينبغي استخدامها لأغراض أخرى
- ✓ تنظيف اليدين بعد إزالة القفازات

# طريقة حل هيبوكلوريت الصوديوم ( الكلور السائل ) والتراكيز الموصى بها حسب توصيات منظمة الصحة العالمية بالتعاون مع معلم الصحة المدرسية أو معلم العلوم

تحضير مادة الكلور السائل حسب التراكيز الموصى به في سياق كوفيد ١٩

١ مكيل كلور لكل ٩٩ مكيل ماء من مادة الكلور المنزلي بتركيز ٥%

تخلص من المبيض بعد ٢٤ ساعة

## طريقة الاستعمال

١. تنظيف وإزالة التربة والأوساخ باستخدام المنظفات والميكانيكية
٢. تطهير باستخدام المواد الكيميائية وفقا للتوجيهات

# كيف تحمي نفسك اثناء التطهير وبعده

١. قم بتحضير المعدات

٢. الحفاظ على تهوية جيدة للمكان.

٣. ارتداء معدات الوقاية الشخصية مقاومة السوائل (قفازات، الكمامة، روب طبي، نظارات حماية العين، غطاء الرأس، أحذية طويلة).

٤. تجنب استنشاق المواد الكيميائية وحاول الحفاظ على التنفس المنتظم.

٥. لا تستخدم إلا المعايير الدولية والمعتمدة للمواد الكيميائية أثناء الخلط/الحل.

**الاستخدامات الموصى بها:**

- تنظيف الدم أو انسكاب سوائل الجسم
- حسب توجيهات الصحة العامة في حالات تفشي الاوبئة
- للاستخدام على أدوات الخدمة الطبية والشخصية شبه الحرجة

# كيف تحمي نفسك اثناء التعقيم وبعده



٦. تذكر، أن أفضل نتيجة تعقيم تحدث عندما تكون درجة الحموضة قليلة

٧. يجب خلط/ حل محلول المبيض والماء يومياً للحفاظ على قوته.

٨. اترك المحلول على السطح لمدة دقيقة واحدة على الأقل أو حسب تعليمات الشركة المصنعة

٩. يجب أن يتم التنظيف قبل التطهير.

١٠. إزالة الكمامة، المريول، غطاء الرأس، الأحذية الطويلة، القفازات بعناية، مع الحفاظ على النظارات

للخطوة الأخيرة وبعد غسل يديك.

## الجزء الرابع : إدارة المياه والصرف الصحي

- في حين أن وجود فيروس COVID-19 في مياه الشرب غير المعالجة أمر ممكن ، إلا أنه لم يتم اكتشافه في مياه الشرب.
- ما يقرب من ٢-٢٧ ٪ من الأشخاص الذين يعانون من COVID-19 لديهم إسهال
- كشفت العديد من الدراسات عن بقايا COVID-19 الفيروسيّة في فضلات لمرضى COVID 19 أثناء المرض وبعد شفائهم
- قامت إحدى الدراسات بزراعة فيروس COVID-19 من عينة فضلات ولكن لم يتم العثور على أي دليل على انتقال الفيروس عن طريق الفضلات الى الفم لفيروس COVID-19

# احتياجات المياه والصرف الصحي

يجب أن تكون المياه متاحة ويمكن الوصول إليها في جميع الأوقات وبكميات كافية من أجل:

- الشرب
- النظافة الشخصية ، بما في ذلك نظافة اليدين
- تنظيف

يجب معالجة مياه الشرب وإتاحتها في مناطق الانتظار الرئيسية ، مدخل كل قسم ، في جميع الغرف.  
يجب تنفيذ المراقبة بشكل روتيني (من قبل الموظفين الجهة المخولة لضمان الامتثال لجودة المياه نحو المعايير المتفق عليها)

# التدابير المتعلقة بمياه الشرب

- القيام بتقييم كمية المياه اليومية المتوفرة للشرب في المدرسة. والأخذ بعين الاعتبار نقل وتخزين مياه إضافية حيثما دعت الضرورة إلى ذلك.
- نصح الطلبة والأطفال والمعلمين والمعلمات وغيرهم من أعضاء الهيئة التدريسية بتجنب التشارك في الأكواب. ويجب تنظيف هذا الأكواب في نهاية كل يوم.
- التأكد من جودة مياه الشرب بحيث تكون آمنة للاستخدام بحيث:
  ١. لا يكون للماء أي طعم أو رائحة أو لون يثني الناس عن استهلاكها
  ٢. نسبة التعكّر أقل من ٥ NTU
  ٣. كمية الكلور الحر ((FRC) عند مقطة التوصيل ٠,٢-٠,٥ mg/L

# جودة المياه

المياه الصالحة للشرب والطبخ والنظافة الشخصية والأنشطة الطبية والتنظيف والغسيل يجب ان موجودة للغرض المقصود.

- تتوافق مياه الشرب مع إرشادات منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٦) أو المعايير الوطنية
- يتم معالجة مياه الشرب بمطهر متبقي لضمان السلامة الميكروبية حتى نقطة الاستهلاك أو الاستخدام.
- لا يوجد طعم أو روائح أو ألوان عند الاستهلاك
- يتم استخدام المياه دون جودة مياه الشرب فقط للتنظيف والغسيل والصرف الصحي ويتم تمييزها على هذا النحو عند كل نقطة مياه . ليس بالضرورة أن يكون الماء المخصص لغسل اليدين بجودة مياه الشرب

## توفير المياه في المدرسة

- يجب توفير المشارب والمغاسل من مصدر موثوق بالعدد الكافي من اجل توفير مياه للشرب ولأغراض النظافة الشخصية.
- يمكن الوصول إلى نقاط مياه الشرب الموثوقة في جميع الأوقات.
- توفر صابون أو بديل مناسب في جميع المشارب والمغاسل

# التخلص من الفضلات

يجب توفير حمامات بالعدد الكافي و تسهيل الوصول اليها في جميع الأوقات للجميع.

- حمامات مناسبة لجميع الفئات العمرية والمستخدمين و تراعي الثقافية والاجتماعية المحلية.
- حمامات آمنة للاستخدام.
- توفير مغاسل قريبة من الحمامات (في حدود ٥ أمتار)
- يمكن الوصول إلى الحمامات بسهولة (لا يزيد عن ٣٠ متراً من جميع المستخدمين).
- عمل روتين تنظيف وصيانة للحمامات يضمن نظافتها في جميع الأوقات.

# التخلص من المياه العادمة

- يجب التأكد من تصريف و إدارة مياه الصرف الصحي من المرافق الصحية بطريقة امنة لتجنب التلوث داخل المدرسة أو في البيئة المحيطة.
- يتم التخلص من مياه الأمطار والجريان السطحي للتخلص منها بأمان بحيث لا تسبب أي تلوث الى البيئة المجاورة المحيطة.

# التدابير المتعلقة بالصرف الصحي

- يجب إعطاء أولوية لتعديل وإصلاح وإعادة تأهيل وصيانة البنية التحتية القائمة.
- أنظمة الصرف الصحي المُدارة بشكل آمن، مثل الحمامات المتصلة بحفرة امتصاصية أو خطوط مجاري يجب أن تكون صالحة للعمل
- القيام بتقييم عدد الحمامات وصلاحيّة تشغيل نظام الصرف الصحي، خاصة نظام تصريف مياه الصّرف الصحي.
- تصليح نظام الصّرف حيثما دعت الضرورة إلى ذلك للوصول إلى المعيار الوطني لعدد الحمامات في المدارس
- التواصل مع خدمات النضح في الحالات التي يجب فيها تفريغ الحفر الامتصاصية.
- العمل على تشجيع وتعزيز بشكل منهجي سلوكيات النظافة الشخصية الإيجابية، بما فيها الاستخدام الصحيح والصيانة الصحيحة للمرافق، بين الموظفين وأطفال المدرسة.
- توفير معدات و قطع بديلة اللتي تلزم لأعمال الصيانة الصغيرة.
- القيام بالتحقق بشكل منتظم من مخزون مستلزمات الحمامات من الصابون على مدار اليوم، كما ينصح بتوفير المناديل الورقية

# التنظيف والغسيل

- يتم إجراء التنظيف المبرمج الروتيني للأسطح والتجهيزات لضمان نظافة بيئة المرافق العامة بشكل واضح ، وخالية من الغبار والأتربة.
- يتم تنظيف جميع الأسطح الأفقية يوميًا على الأقل وكلما كانت متسخة.
- درجة النظافة التي يتم الحفاظ عليها دوماً مناسبة لاحتمالية التلوث ودرجة التطهير المطلوبة.
- يتم تنظيف وتطهير أي مناطق ملوثة بالمواد العضوية (الأوساخ وما إلى ذلك) على الفور.

# التنظيف والغسيل

- استخدام بعض الضغط المتواصل عند التنظيف باستخدام قطعة قماش
- الحرص دائماً على البدء في التنظيف من الأماكن الأكثر نظافة ثم إلى الأماكن الأكثر اتساخاً ومن الأعلى إلى أسفل
- تغيير قطع القماش بشكل متكرر
- عدم استخدام نفس قطعة القماش المستخدمة لتنظيف تجهيزات الحمام لتنظيف مناطق أخرى
- عدم الغمس المزدوج (عدم وضع قطعة القماش مرة أخرى في مادة التنظيف أو دلو التعقيم)
- طوي وقلب قطعة القماش لاستخدام الجوانب الأربعة كاملة ومن ثم تغييرها بقطعة قماش جديدة
- يفضل نفض الغبار بقطعة قماش مبلولة
- في حالة استخدام ممسحة جافة، لا ترفع/ي الممسحة عن الأرض (لتجنب نثر جزيئات الغبار التي قد تحمل الجراثيم)

# التنظيف والغسيل

## اعتبارات اضافية للتعقيم:

- يوصى باستخدام قطع قماش لتنظيف الأسطح مع تمييز كل قطعة بلون معين للأسطح المختلفة.
- يوصى باستخدام مادة تنظيف تجارية مع الماء، لإزالة الأوساخ، وبعد ذلك استخدام مطهرات تجارية تحتوي على الكلور ، مع ضمان وجود تركيز بنسبة ٥,٥% من الكلور النشط للأسطح حسب منظمة الصحة العالمية.
- إن الحاجة إلى تنظيف وتطهير المبنى والأسطح والأجسام بشكل متكرر تؤدي إلى زيادة عبء العمل على عمال النظافة. ولذا، من الضروري تقييم، مع السلطة المحلية، العدد التقديري للموظفين المطلوبين و توفير التدريب اللازم.

- خارطة طريق العودة للمدارس، وزارة التربية والتعليم ٢٠٢٠\٢١\٢٠٢٠

- بروتوكول الوقاية من العدوى والسيطرة عليها وبرنامج المياه والإصحاح البيئي والنظافة الصحية الخاص بالمدارس، المكتب الإقليمي لليونسيف بمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا أيار ٢٠٢٠

The official name of the virus responsible for COVID-19 (previously known as 2019 novel coronavirus) is severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2). However, [WHO refers to the virus as “the COVID-19 virus” \(as opposed to SARS-CoV-2\), when communicating with the public, in order to avoid confusion](#). The official name of the disease, is coronavirus disease (COVID-19).

$R_0$  is an indicator of how fast the disease will spread in a population and measures the average number of new infections generated by an infected person. When  $R_0$  is  $<1$  the transmission is likely to die out.

Polymerase chain reaction (PCR) is a common laboratory technique used to amplify and detect genetic sequences of pathogens (viruses, bacteria, etc.).

Includes hand and respiratory hygiene, the use of appropriate personal protective equipment (PPE) according to risk assessment, injection safety practices, safe waste management, proper linens, environmental cleaning and sterilization of patient-care equipment. Refer to [WHO IPC guidance](#) for details.

Includes appropriate patient placement (adequately ventilated single rooms); appropriate use of PPE such as medical mask, gloves, gown; limiting transport/movement of patients; use of disposable/dedicated patient-care equipment; cleaning and disinfection of rooms. Refer to [WHO IPC guidance](#) for details.

Includes performing aerosol-generating procedures in an adequately ventilated room; appropriate use of PPE such as a fit-tested US National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH)-certified N95, EU standard FFP2, or equivalent respirator, eye protection, gown, gloves, for healthcare personnel. Refer to [WHO IPC guidance](#) for details.