

**پروتکل بهداشتی مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس)**  
**فاصله‌گذاری و الزامات سلامت محیط و کار در حمل و نقل برون شهری (زمینی، ریلی، هوایی و دریایی)**  
**(مدیریت هوشمند محدودیت‌ها)**



معاونت بهداشت

نسخه چهارم - آذر ۱۴۰۰

کد ۳۰۶/۱۰۸

## فهرست

- ۲ ..... مقدمه
- ۲ ..... هدف و دامنه کاربرد
- ۲ ..... الزامات فعالیت در پاندمی کرونا
- ۲ ..... ماده (۱) واکسیناسیون
- ۳ ..... ماده (۲) عدم ابتلا به کرونا در زمان ارائه خدمات
- ۳ ..... ماده (۳) رعایت بهداشت فردی
- ۴ ..... ماده (۴) فاصله‌گذاری
- ۵ ..... شرایط پذیرش مسافران / گردشگران در ناوگان حمل و نقل برون شهری
- ۶ ..... ماده (۵) غربال‌گری، مراقبت و بازتوانی
- ۶ ..... ۵-۱ غربال‌گری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹
- ۶ ..... ۵-۲ مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر
- ۷ ..... ۵-۳ بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹
- ۷ ..... ماده (۶) بهداشت مواد غذایی (در صورت فعال بودن مراکز و واحدهای تهیه و عرضه مواد غذایی)
- ۷ ..... ماده (۷) بهداشت ابزار و تجهیزات
- ۸ ..... ماده (۸) نظافت و گندزایی
- ۹ ..... ماده (۹) بهداشت ساختمان
- ۹ ..... ماده (۱۰) تهویه
- ۱۰ ..... ماده (۱۱) آموزش بهداشت
- ۱۲ ..... ماده (۱۲) مسئولیت اجرای پروتکل
- ۱۳ ..... پیوست ۱: نحوه شستشوی صحیح دست‌ها
- ۱۵ ..... پیوست ۲: نکات مهم در پیشگیری از کرونا و بروس

## مقدمه

طرح مدیریت هوشمند بر اساس روند رو به رشد واکسیناسیون عمومی برنامه‌ریزی شده و براساس این طرح، فعالیت‌های شغلی در شرایط پاندمی کرونا در صورت رعایت پروتکل‌های بهداشتی و انجام واکسیناسیون می‌تواند ادامه یابد. با توجه به شیوع انواع سوش‌های ویروس کرونا، شدت و سرعت انتقال ویروس بیشتر شده لذا علاوه بر پوشش مناسب واکسیناسیون جامعه، رعایت فاصله مناسب، استفاده مستمر از ماسک در اماکن عمومی و به‌ویژه در فضاهای بسته، ضدعفونی دست و گندزدایی محیط و سطوح مشترک، کنترل تهویه مناسب در محیط‌های بسته در اولویت می‌باشد. از این رو این راهنما براساس مدیریت هوشمند کرونا برای حمل و نقل برون شهری تدوین گردیده و در صورت عدم رعایت این دستورالعمل فعالیت واحد متوقف خواهد شد.

## دامنه کاربرد

این راهنما جهت پیشگیری و کنترل بیماری کووید-۱۹ (کرونا ویروس) در پایانه‌های مسافری شامل فرودگاه، ایستگاه‌های قطار و اتوبوس و همه پایانه‌های برون شهری بوده و سایر قوانین، آیین‌نامه‌ها، مقررات، دستورالعمل‌های مرتبط با بهداشت محیط و بهداشت حرفه‌ای به قوت خود باقی است.

## الزامات فعالیت در پاندمی کرونا

### ماده (۱) واکسیناسیون

۱-۱ همه کارکنان پایانه‌ها مشمول این دستورالعمل اعم از دائم، موقت، پاره وقت، فصلی یا افرادی که تازه استخدام شده‌اند، باید نسبت به تزریق واکسن کرونا اقدام نمایند.

۱-۲ در صورتی مسافران مشمول واکسیناسیون می‌توانند از خدمات مراکز مذکور استفاده نمایند که نسبت به تزریق واکسن کرونا که دو هفته از تزریق آخرین دز آن گذشته باشد، اقدام نموده و دارای کارت واکسن و یا ثبت اطلاعات در سامانه واکسیناسیون باشد.

۱-۳ مدیران، متصدیان، مسئولان این مراکز موظفند در قسمت ورودی مراکز مذکور نسبت به کنترل وضعیت واکسیناسیون مسافران از طریق سامانه‌ها و اپلیکیشن‌های وزارت بهداشت اقدام نمایند.

## ماده (۲) عدم ابتلا به کرونا در زمان ارائه خدمات

- ۲-۱ چنانچه کارکنان به بیماری کرونا مبتلا شوند، فقط پس از طی شدن دوره قرنطینه بیماری یا همراه داشتن گواهی پزشکی می‌توانند مشغول به کار شوند.
  - ۲-۲ صحت‌سنجی کارت واکسن و یا عدم ابتلا به کرونا در زمان فعالیت، توسط ناظران از طریق سامانه‌های موجود انجام می‌گردد.
  - ۲-۳ در صورتی مسافران می‌توانند از خدمات مراکز مذکور استفاده نمایند که مبتلا به بیماری کرونا یا در دوره قرنطینه بیماری کرونا نباشد.
  - ۲-۴ مدیران، متصدیان و مسئولان این مراکز موظفند در قسمت ورودی نسبت به کنترل وضعیت عدم ابتلا به بیماری مسافران از طریق سامانه‌های وزارت بهداشت اقدام نمایند.
- تبصره:** مسافران مبتلا به کرونا پس از سپری شدن دوران نقاهت و قرنطینه بیماری می‌توانند از خدمات این مراکز استفاده نمایند.

## ماده (۳) رعایت بهداشت فردی

### ۳-۱ ماسک

- ۳-۱-۱ کلیه کارکنان و مسافران موظفند از ماسک استفاده نمایند و فقط در زمان خوردن و آشامیدن به شرط رعایت فاصله ۲ متر، عدم استفاده از ماسک بلامانع است.
  - تبصره ۱:** در صورت عدم امکان رعایت فاصله ۲ متر، خوردن و آشامیدن ممنوع بوده و باید از برداشتن ماسک اجتناب گردد.
  - ۳-۱-۲ مدیران، متصدیان و مسئولان مراکز موظفند از ورود مسافران بدون ماسک ممانعت نمایند.
  - ۳-۱-۳ کارکنان و متصدیان موظفند به شیوه صحیح از ماسک استفاده نمایند؛ به گونه‌ای که بینی و دهان کاملاً پوشانده شود.
  - ۳-۱-۴ تعویض ماسک در تواتر زمانی کوتاه یا هنگام آلودگی ماسک الزامی است.
  - ۳-۱-۵ از قرار دادن ماسک استفاده شده بر روی میز کار یا سطوح مشترک خودداری گردد.
- تبصره ۲:** برای افراد زیر دو سال نباید از ماسک استفاده گردد.

### ۳-۲ بهداشت دست

- ۳-۲-۱ درحین کار از تماس دست با چشم، بینی، گوش، دهان و ماسک روی صورت، خودداری گردد.
- ۳-۲-۲ از دست دادن و رو بوسی کردن با یکدیگر پرهیز شود.

- ۳-۲-۳ کارکنان باید به صورت مکرر دست‌ها را مطابق راهنمای شستشوی دست، با آب و صابون مایع بشویند.  
۳-۲-۳ زمانی که آلودگی قابل رویت روی دست وجود ندارد، از محلول‌های ضدعفونی استفاده گردد.  
۳-۲-۵ محلول ضدعفونی دست باید در نقاط قابل دسترس برای کارکنان و مسافران قرار گیرد.

### ۳-۳ رفتار بهداشتی

- ۳-۳-۱ هنگام عطسه و سرفه از دستمال استفاده نمایند (در صورتی که دستمال وجود نداشت از قسمت داخلی آرنج استفاده کنید).  
۳-۳-۲ از ریختن آب دهان و بینی در محیط کار خودداری کرده و اخلاط بینی و سینه را با دستمال کاغذی گرفته در سطل زباله دردار بریزند.  
۳-۳-۳ برای ثبت حضور و غیاب، ترجیحا" از سیستم تشخیص چهره/ کارتخوان استفاده کنید.  
۳-۳-۴ برای تماس با دکمه‌های آسانسور (در صورت وجود)، از دستمال کاغذی و نظایر آن استفاده شود.  
۳-۳-۵ ترجیحا" دکمه‌های آسانسور به صورت غیر لمسی باشد.  
۳-۳-۶ عدم استفاده از دستمال مشترک برای تمیز کردن میز و صندلی و سایر وسایل (ترجیحا هر یک از کارکنان از دستمال نظافت شخصی استفاده نمایند و یا استفاده از دستمال نظافت یکبار مصرف).  
۳-۳-۷ متصدی/ مدیر/ مالک فروشگاه‌های فعال در پایانه‌ها موظفند دستمال کاغذی یا مواد ضدعفونی کننده در کنار دستگاه کارتخوان قرار دهد.  
۳-۳-۸ مجزا بودن کلیه لوازم مورد استفاده بهداشتی برای هر فرد مقیم و کارکنان در محل کار.  
۳-۳-۹ در نمازخانه‌ها استفاده از مهر و سجاده شخصی ضرورت کامل دارد.

### ماده (۴) فاصله‌گذاری

- ۴-۱ فاصله‌گذاری بین افراد در صندلی‌های پایانه‌های مسافربری به صورت یک در میان (رعایت فاصله حداقل یک متر) رعایت گردد و از تجمع افراد در محل‌های مذکور جلوگیری گردد.  
۴-۲ به منظور رعایت فاصله ۲ متر با توجه به ظرفیت اتاق مادر و کودک (اتاق شیردهی) از اجتماع افراد در اتاق مذکور ممانعت گردد.  
۴-۳ در صورت امکان محل استقرار راننده از سایر مسافران با محافظ یا شیلد (پلاستیکی/ شیشه‌ای) جدا شود.  
۴-۴ در صورت فعال بودن فروشگاه در پایانه‌ها، در صورت عدم وجود فضای کافی، جهت رعایت فاصله ۲ متر، از ورود مشتری به فروشگاه خودداری گردد.

۴-۵ از محافظ یا شیلد های محافظتی (پلاستیکی / شیشه‌ای) برای میز صندوق دار، اطلاعات نگهبانی و سایر پرسنلی که مواجهه زیادی با افراد دارند استفاده شود.

۴-۶ در صورت فعال بودن اتاق استراحت کارکنان و شاغلین، فاصله ۲ متری رعایت گردد.

۴-۷ رعایت فاصله ۲ متر از طرفین و فضای ۴ مترمربع به ازای هر نفر در ارایه کلیه خدمات مربوط به بازرسی، تهیه بلیط، تحویل بار، بازرسی مسافران، گیت‌های کنترل ساک و قسمت‌های عمومی از جمله نمازخانه، سلف سرویس و مسیر ورود خروج الزامی است.

۴-۸ نظارت دقیق بر تعداد افرادی که همزمان از آسانسور استفاده می کنند. (حداکثر ۵۰ درصد ظرفیت)

۴-۹ نصب تابلوهای هشداردهنده در کلیه آسانسورها به منظور رعایت تعداد حداکثر افراد و همچنین عدم صحبت با یکدیگر و تلفن همراه.

۴-۱۰ کاهش مواجهه چهره به چهره کارکنان و استفاده حداکثری از تلفن، شبکه‌های اجتماعی و ویدئو کنفرانس برای برگزاری جلسات حتی برای کارکنانی که در داخل یک ساختمان کار می کنند.

۴-۱۱ در قسمت تشخیص هویت و بازرسی با افزایش مامور تشخیص هویت و بازرس اطمینان حاصل شود که صف تشکیل نگردد.

۴-۱۲ توصیه می گردد بازرسی بدنی با تجهیزات الکترونیکی انجام شود و تمامی کارکنان بازرسی در قسمت ورودی پایانه حتما از ماسک و دستکش استفاده نمایند.

۴-۱۳ محدودیت ظرفیت حمل مسافر توسط قطار، اتوبوس و هواپیما با توجه به وضعیت پوشش واکسیناسیون عمومی و براساس مصوبات ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا خواهد بود.

**تبصره ۱:** پذیرش مسافر در سفرهای برون شهری (شناورها، اتوبوس‌ها و قطار) حداکثر ۸۰ درصد ظرفیت تا پوشش واکسیناسیون عمومی به بیش از ۸۰ درصد برسد (در آن زمان ظرفیت پذیرش ۱۰۰ درصد خواهد شد)؛ در هواپیما پذیرش مسافران ۱۰۰ درصد است؛

**تبصره ۲:** کوپه‌های قطار برای خانواده شامل محدودیت تبصره ۱ نخواهد بود؛

### **شرایط پذیرش مسافران / گردشگران در ناوگان حمل و نقل برون شهری**

۱- هوایی

۱-۱ پروازهای داخلی:

ارائه کارت واکسیناسیون و در قرنطینه بیماری نبودن ضروری می باشد.

۲-۱ پروازهای خارجی:

ارائه PCR منفی حداکثر ۹۶ ساعته و کارت واکسن و در قرنطینه بیماری نبودن ضروری است؛

۲- زمینی

ارائه PCR منفی حداکثر ۷۲ ساعته یا کارت واکسن ضروری است؛

۳- دریایی

۱-۳ ارائه PCR منفی حداکثر ۹۶ ساعته و کارت واکسن و در قرنطینه بیماری نبودن ضروری است (برای

سفرهای خارجی)؛

۲-۳ ارائه کارت واکسیناسیون و در قرنطینه بیماری نبودن ضروری است (برای سفرهای داخلی)؛

## ماده (۵) غربال‌گری، مراقبت و بازتوانی

### ۱-۵ غربال‌گری شاغلین در همه‌گیری کووید-۱۹

لازم است براساس طرح فاصله‌گذاری اجتماعی، پیش از ورود به محل کار، فعالیت‌های زیر انجام پذیرد:

۱. کارکنان در صورت بروز هرگونه علائم مشکوک، تست سریع تشخیص کووید-۱۹ را انجام دهند.

۲. بعد از گذشت ۱۴ روز از شروع علائم، در صورت بهبودی بیمار، نیاز به ارائه تست PCR منفی به منظور شروع به کار نیست.

### ۲-۵ مراقبت از گروه‌های آسیب‌پذیر

دو گروه زیر با گواهی پزشک معتمد، به عنوان افراد در معرض خطر ابتلا به عوارض شدید بیماری کووید-۱۹ قرار دارند، در نظر گرفته شده است:

گروه الف - بیماران با بیماری زمینه‌ای:

بیماری قلبی - عروقی

فشارخون

دیابت

بیماری‌های تنفسی زمینه‌ای

$BMI > 40$

گروه ب- بیماران با نقص ایمنی:

تحت درمان با کورتیکواستروئید بیش از  $mg5/12$  پردنیزولون در روز بیش از دو هفته

شیمی‌درمانی

بدخیمی‌ها

پیوند اعضا

در صورت عدم امکان دور کاری، شرایط محیط کار برای این افراد به گونه‌ای فراهم گردد که حداقل تماس با سایر افراد را داشته باشد. تغییر شغل موقت در محیط کاری و یا تغییر محل کار به محیطی با شرایط تهویه مناسب‌تر و کم‌جمعیت‌تر می‌تواند کمک کننده باشد.

### ۳-۵ بازتوانی در شاغلین با سابقه کووید-۱۹

تمامی شاغلین بعد از ابتلا به بیماری کووید-۱۹ لازم است پس از طی دوران درمان و نقاهت، جهت بازگشت به کار براساس آخرین نسخه "راهنمای بازگشت به کار شاغلین با احتمال ابتلا به کووید-۱۹" ابلاغی از وزارت بهداشت توسط پزشک مورد ارزیابی قرار گیرند.

### ماده (۶) بهداشت مواد غذایی (در صورت فعال بودن مراکز و واحدهای تهیه و عرضه مواد غذایی)

- ۶-۱ در صورت فعال بودن مراکز تهیه، عرضه و فروش مواد غذایی نظیر رستوران، کافی شاپ، سفره خانه و امثال آن در پایانه‌ها، ملزم به رعایت پروتکل مرتبط با مراکز تهیه، عرضه و فروش مواد غذایی ملزم می‌باشند.
- ۶-۲ استفاده از مواد خوردنی و آشامیدنی با بسته‌بندی معیوب یا آلوده مجاز نمی‌باشد.
- ۶-۳ مواد غذایی فاقد بسته‌بندی حتماً باید پوشش بهداشتی داشته و در ظروف مناسب نگهداری گردند.
- ۶-۴ لزوماً از ظروف یکبار مصرف مناسب استفاده شود.
- ۶-۵ نمک، قند و شکر باید به صورت بسته‌بندی یک نفره، دارای پروانه بهره‌برداری و استاندارد باشد.
- ۶-۶ مواد آشامیدنی باید به صورت بسته‌بندی شده یک نفره و دارای نی پوشش‌دار باشد.
- ۶-۷ در مراکزی که عرضه غذا به صورت سلف‌سرویس است، از تجمع و عدم رعایت فاصله جلوگیری شود.
- ۶-۸ متصدیان توزیع غذا باید دارای وسایل حفاظت فردی (ماسک و دستکش) باشند.

### ماده (۷) بهداشت ابزار و تجهیزات

- ۷-۱ فاصله صندلی‌های دارای مشتری، بایستی حداقل ۲ متر باشد لذا به منظور رعایت فاصله، حذف صندلی‌های اضافه یا مشخص نمودن صندلی‌های مورد استفاده با رعایت فاصله الزامی می‌باشد.
- ۷-۲ همه مهرها، تسبیح، کتب ادعیه و وسایل مشترک از جمله چادر، سجاده و نظایر آن از نمازخانه‌ها به صورت موقت در صورت فعال بودن نماز خانه جمع‌آوری گردد.
- ۷-۳ همه وسایل نظافت پس از هر بار استفاده گندزدایی شود.
- ۷-۴ ضرورت شستشو و گندزدایی پرده‌ها، فرش نمازخانه و نظایر آن در تواتر زمانی مناسب.
- ۷-۵ گندزدایی روزانه نیمکت‌ها و صندلی‌های محوطه پایانه.



۶-۷ سطل زباله دردار پدالی همراه با کیسه زباله محکم (بدون درز و نشت) به تعداد کافی در فواصل و مکان‌های مناسب موجود باشد.

۷-۷ دفع پسماندها باید به شیوه بهداشتی در سطل‌های دردار پدالی صورت پذیرد.

۷-۸ کلیه نیروهای خدماتی در جمع‌آوری و دفع پسماند رعایت تمامی ملاحظات بهداشتی (جمع‌آوری پسماند در کیسه‌های پلاستیکی محکم بدون درز و نشت) در آخر هر شیفت در دستور کار قرار دهند.

## ماده (۸) نظافت و گندزایی

۱-۸ محصولات گندزایی مورد استفاده باید دارای پروانه ساخت یا ورود، تاریخ تولید و انقضاء باشد.

۲-۸ در صورت رقیق‌سازی ماده گندزدا، از ظرف دردار استفاده شود و روی ظرف برچسب مشخصات گندزدا از جمله تاریخ تهیه و نام ماده گندزدا درج گردد.

۳-۸ مواد گندزدا باید براساس دستورعمل شرکت سازنده استفاده و نگهداری گردد.

۴-۸ قبل از گندزایی باید کلیه سطوح از آلودگی‌ها پاک گردد و سپس از ماده گندزدا استفاده گردد.

۵-۸ هنگام استفاده از مواد گندزدا از تجهیزات حفاظت فردی مانند دستکش و ماسک استفاده گردد.

۶-۸ از مخلوط کردن دو ماده گندزدا با هم خودداری گردد.

۷-۸ سطوح زیر ابتدا تمیز و سپس گندزایی شوند:

✓ نشیمن‌های صندلی

✓ دسته‌های صندلی

✓ پشتی صندلی (قسمت پلاستیکی یا فلزی)

✓ قفل کمربندهای ایمنی

✓ چراغ‌ها و کنترل‌ها

✓ دیواره و پنجره‌ها

۸-۸ کلیه قفسه‌ها، میز کار و میز سرویس که در دسترس مسافران و شاغلین قرار می‌گیرند به‌طور مستمر بعد از پایان هر شیفت کاری شستشو و گندزایی گردند.

۹-۸ فرایند نظافت و گندزایی کاملاً جدا از یکدیگر انجام گیرد.

۱۰-۸ سطل زباله، دستمال‌ها، تی، وسایل نظافت و گندزایی سرویس‌های بهداشتی باید از وسایلی که برای مکان‌های دیگر استفاده می‌شود، مجزا باشد.

۸-۱۱ در طول مدت نظافت، شاغلین نظافت مراقب باشند لباس، دستکش و ماسک مخصوص پاره نشود و آسیب نبینند، در صورت صدمه آن را تعویض نمایید.

۸-۱۲ نظافت را از یک نقطه آغاز و در طرف مقابل به پایان برسانید (تی را به صورت مارپیچ حرکت دهید).

۸-۱۳ تجهیزات و ماشین‌آلات گندزدایی بعد از پایان کار شسته و به روش مناسب بسته به ظرفیت تجهیزات و ماشین‌آلات خشک گردند.

۸-۱۴ از پاشیدن و ریختن محلول‌های گندزدا روی سطوح و کلیدها، تجهیزات برق‌دار و مواد ناسازگار و با احتمال انفجار و آتش سوزی اجتناب شود.

### ماده (۹) بهداشت ساختمان

۹-۱ سرویس‌های بهداشتی (حمام و توالت) را به صورت مجزا و مستمر گندزدایی گردد.

۹-۲ سطوح دارای تماس مشترک با دستمال، تمیز و خشک شده و سپس گندزدایی گردد.

۹-۳ سیستم لوله‌کشی صابون مایع و دستمال کاغذی در توالت‌ها و سرویس‌های بهداشتی تعبیه گردد.

۹-۴ توصیه می‌گردد شیر آب روشویی سرویس‌های بهداشتی، ترجیحاً از نوع پدالی پای و یا چشمی باشد.

۹-۵ محل‌های تجمع از جمله نمازخانه گندزدایی گردد. (در صورت وجود)

۹-۶ مستمر محیط داخلی پایانه و تجهیزات مرتبط حداقل بعد از پایان هر روز گندزدایی شوند.

### ماده (۱۰) تهویه

۱۰-۱ فراهم نمودن امکان استفاده حداکثری از تهویه طبیعی در مراکز مذکور از طریق نصب پنجره‌های بازشونده به میزان حداقل ۴۵ درجه و با مساحت ۱۰ الی ۲۰ درصد مساحت کف به گونه‌ای که به ازای هر یک از کارکنان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.

۱۰-۲ فراهم نمودن امکان استفاده حداکثری از تهویه ۲ طرفه (باز نمودن پنجره‌های متقابل هم‌زمان) در مراکز فوق به گونه‌ای که به ازای هر یک از کارکنان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.

۱۰-۳ فراهم نمودن امکان تعویض هوای محیط با هوای آزاد در مراکز فوق حداقل به اندازه ۶ بار در ساعت و یا به ازای هر یک از کارکنان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین گردد.

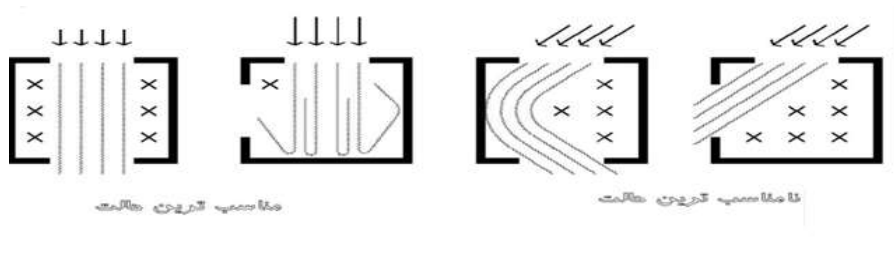
۱۰-۴ در صورتی که تعداد پنجره‌ها کافی نباشد، با نصب اگزهاست فن‌های مکشی با دبی مناسب به سمت خارج از ساختمان مراکز فوق به گونه‌ای که به ازای هر یک از کارکنان حداقل ۱۰ لیتر در ثانیه هوا تامین و یا ۶ بار در ساعت، تعویض و جابه‌جا گردد.

۵-۱۰ از قرار دادن فن (پنکه) به طریقی که به‌طور بالقوه باعث جریان مستقیم هوا از یک شخص به شخص دیگری شود خودداری گردد. استفاده از فن‌های پنجره‌ای و هدایت هوای داخل به بیرون ساختمان می‌باشد.

۶-۱۰ استفاده از فن‌های مکشی و یا دستگاه تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحاً "هپا" می‌تواند مناسب در کلیه آسانسورهای ساختمان مراکز فوق و روشن نمودن آن در تمام ساعات کار فعالیت ۷-۱۰ در فضاهایی که نمی‌توان تهویه و جابجایی هوای آزاد را به میزان کافی انجام داد. توصیه می‌شود میزان دی‌اکسیدکربن موجود در هوا پایش شود و از دستگاه‌های تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحاً "هپا" متناسب با اندازه ساختمان مراکز فوق و به تعداد کافی استفاده گردد.

۸-۱۰ توصیه می‌شود با توجه به اینکه در فصل پاییز و زمستان امکان باز نمودن پنجره‌ها فراهم نمی‌باشد دستگاه‌های تصفیه هوای مجهز به فیلتر مناسب و ترجیحاً "هپا" استاندارد برای نصب در اتاق‌های فاقد پنجره ساختمان مراکز فوق به تعداد کافی خریداری و نصب شود.

۹-۱۰ کلیه سرویس‌های بهداشتی مجهز به آگذاهاست فن به تعداد کافی و با ظرفیت مناسب بوده و در زمان فعالیت مراکز فوق روشن باشد.



## ماده (۱۱) آموزش بهداشت

### ۱۱-۱ روش‌های آموزشی مناسب

- دستورعمل شستن دست‌ها برای پیشگیری از انتقال بیماری‌های تنفسی به تعداد کافی در محل سرویس‌های بهداشتی نصب گردد.
- آموزش به صورت مجازی (از جمله شبکه‌های مجازی، وبسایت‌ها)
- در صورتی که آموزش از مسیرهای مجازی امکان‌پذیر نبود از طریق چهره به چهره با رعایت فاصله ۲ متر و استفاده از ماسک توسط دو طرف بلامانع است.

### ۱۱-۲ رسانه‌های مورد نیاز برای آموزش موضوعات مختلف: (موضوعات مورد آموزش در بند ذیل

درج شده است)

- نصب استند و بنرهای اطلاع‌رسانی

- نصب پوسترهای آموزشی
- در صورت امکان، ارسال پیامک های آموزشی به گوشی‌های همراه
- در صورت امکان، ارسال پیام های آموزشی در گروه‌های مجازی مربوطه
- در صورت امکان، انتشار تیزر، اینفوگرافی یا موشن گرافی در فضای مجازی
- در صورت امکان، استفاده از صفحات نمایشی (LED) جهت پخش پیام‌ها و تصاویر آموزشی

### ۳-۱۱ موضوعات مورد آموزش برای گروه‌های هدف

- آشنایی با بیماری کرونا ویروس
- آشنایی با علائم ابتلا به این ویروس
- شناسایی افراد مستعد ابتلا
- آشنایی با نحوه انتقال بیماری
- آشنایی با زمان و نحوه استفاده از وسایل حفاظت فردی
- آموزش مدت زمان ماندگاری ویروس بر روی سطوح
- آموزش آشنایی با نحوه پوشیدن و درآوردن وسایل حفاظت فردی
- آشنایی با نحوه صحیح دفع یا گندزدایی کردن وسایل
- آموزش نکات بهداشت فردی و فاصله‌گذاری
- توصیه ماندن در خانه
- روش‌های بهداشتی مراقبت از بیماران در منزل
- معرفی سامانه ۱۹۰

### ۴-۱۱ نمونه فعالیت‌های آموزشی

- نصب بنرهای آموزشی برای بکارگیری تمهیدات مقابله با شیوع کرونا ویروس در محل کار
- نصب پوستر یا بنر راهنمای شستشوی صحیح دست در محل کار خصوصا سرویس‌های بهداشتی و محل سرو غذا
- آموزش نحوه استفاده از محلول ضد عفونی کننده دست
- نصب پوستر مرتبط با بیماری و توصیه ماندن در خانه در صورت وجود علائم
- آموزش نحوه صحیح استفاده از دستمال کاغذی یا آرنج در هنگام عطسه و سرفه
- آموزش اقدامات لازم جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری به کارکنان و مراجعه‌کنندگان
- نصب بنرهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری‌های تنفسی و بیماری کرونا

- نصب پوستر آموزشی نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظت فردی
- نصب پوستر نحوه صحیح پوشیدن، درآوردن و دفع وسایل حفاظت فردی
- بارگذاری پیام‌های بهداشتی بر روی سایت و شبکه‌های مجازی
- نصب پوستر سامانه پاسخگویی شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی (شماره تلفن ۱۹۰) جهت اعلام موارد غیر بهداشتی به سامانه مذکور

### ماده (۱۲) مسؤلیت اجرای پروتکل

- ۱-۱۲ مسؤلیت اجرای این راهنما برعهده مدیر، متصدی یا مسئول مرکز می‌باشد و در صورت عدم رعایت هرکدام از مواد راهنما مشمول اقدام قانونی مطابق با ضوابط و در نهایت توقف فعالیت خواهد گردید.
- ۲-۱۲ مراکزی که مفاد این راهنما را رعایت نمی‌کنند یا امکان تأمین شرایط آن را ندارند اجازه فعالیت نداشته و مسؤلیت نظارت و کنترل آنها با سازمان مسئول (صادرکننده مجوز) می‌باشد.
- ۳-۱۲ مشاغل این گروه مورد بازرسی سطح بندی شده قرار خواهند گرفت (مدیر/ مسئول واحد، بازرسان سازمان مربوطه و وزارت راه و شهرسازی، ممیزان و بازرسان وزارت بهداشت).
- ۴-۱۲ در صورت عدم توجه به واکسیناسیون، با واحد مربوطه مطابق مصوبات ستاد ملی مدیریت بیماری کرونا به عنوان عدم رعایت پروتکل‌های بهداشتی برخورد خواهد شد.

## پیوست ۱: نحوه شستشوی صحیح دست‌ها

دست‌ها باید با آب گرم و صابون به مدت ۲۰ ثانیه به روش زیر شسته شوند:

- ۱- دست‌ها را مرطوب کنید
- ۲- از صابون مایع استفاده کنید
- ۳- کف دست‌ها را خوب به هم بمالید
- ۴- انگشتان را بشوئید
- ۵- مچ‌ها را بشوئید
- ۶- بین انگشتان را بشوئید
- ۷- آبکشی کنید
- ۸- با دستمال کاغذی خشک کنید (استفاده از حوله یک‌بار مصرف نیز مورد تایید است)
- ۹- شیر آب را با همان دستمال ببندید
- ۱۰- دستمال را در سطل زباله در دار بیندازید.



دست‌ها را خیس کرده و بعد آن‌ها را صابونی کنید.

## روش درست شستن دست‌ها

در ۱۰ مرحله



کف دست‌ها را با هم بشویید.



بین انگشتان را در قسمت پشت بشویید.



بین انگشتان را از رویرو بشویید.



نوک انگشتان را درهم گره کرده و به خوبی بشویید.



شست‌ها را جداگانه و دقیق بشویید.



خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشویید.



دور میج هر دو دست را بشویید.



دست‌ها را با دستمال خشک کنید.



با همان دستمال شیب‌ر آب را ببندید و دستمال را در سطل زباله بیاندازید.

## پیوست ۲: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس

✓ قبل از خوردن و آشامیدن دست های خود را تا بالای مچ به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با آب و صابون بشویید و در صورت عدم دسترسی به آب سالم از مواد ضدعفونی کننده بر پایه الکل استفاده نمایید؛



✓ هنگام عطسه و سرفه، دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشانید و دستمال را در سطل زباله بیندازید؛



✓ اگر علائم سرماخوردگی دارید در منزل استراحت کنید؛

✓ سطوحی که در تماس مکرر و مشترک هستید را گندزدایی نمایید؛



✓ از تماس با افرادی که مریض هستند خودداری کنید. از روبوسی و دست دادن با افراد دیگر بپرهیزید (فاصله ۲ متر از افراد حفظ شود)؛



✓ حتما از ماسک استفاده نمایند؛



✓ سیستم ایمنی خود را با مصرف میوه و سبزیجات تازه تقویت نمایید؛



✓ از دست زدن به چشم، بینی و دهان خودداری کنید؛



✓ به اطرافیان خود آموزش دهید؛