

## الوقاية من العدوى أثناء "موسم الذروة"

### ما المقصود بـ "موسم الذروة"؟

يصاب العديد من الأشخاص بالبرد أو الإنفلونزا في الفترة ما بين شهري ديسمبر (كانون الأول) وأبريل (نيسان) من كل عام، في هذه الأثناء تنتشر العديد من الفيروسات خاصة "آر إس في" (الحُمَة التَّنَفُّسِيَّة المَحَلُّوِيَّة)، فالـ "آر إس في" من الممكن أن يسبب خطورة شديدة على الأطفال الرضع؛ ولذلك تُسَمَّى هذه الفترة بـ "موسم الذروة".

تزدحم كل أقسام مستشفى "CHEO" أثناء "موسم الذروة" أكثر من المعتاد، ويستقبل قسم الطوارئ في هذه الأثناء زيارات كثيرة جداً، ويُدخَل مرضى كثيرون إلى المستشفى. أكثر الفترات ازدحاماً على الإطلاق هي موسم العطلات بداية من نهاية شهر ديسمبر (كانون الأول) وحتى الأيام الأولى من شهر يناير (كانون الثاني).

### الوقاية من العدوى في مستشفى "CHEO" أثناء "موسم الذروة"

تعمل المستشفى على التأكد من تعافي مرضاها بسرعة. من الضرورة القصوى أن نقي المرضى من أن يصابوا بعدوى أثناء إقامتهم في المستشفى. إن إصابة بسيطة بالبرد عند شخص بالغ من الممكن أن تشكل خطورة شديدة على طفل رضيع مُبْتَسَّر (مولود قِبل موعد ولادته) أو على طفل مريض بشدة.

لنحمي المرضى المتواجدين في المستشفى، يُحْتَمَّ علينا جميعاً أن نوقف العدوى من أن تدخل وتنتشر في أرجاء المستشفى، ويتم ذلك من خلال:

#### 1. وضع حد معين لعدد الزوار

- ليس مسموحاً للأخوة أو الأخوات أو الأطفال الآخرين تحت سن 14 عاماً؛ أن يزوروا المرضى.
- الزيارة مسموحة لـ اثنَين فقط في المرة الواحدة، ويجب أن يكونوا أصحاء (لا يعانون من حمى، أو رشح بالأنف، أو أي نوع من البرد، أو قيء، أو إسهال).
- زيارة المرضى الموجودين في "العزل" متاحة فقط للوالدين أو من يقوموا برعاية الطفل المريض.
- أي طلبات باستثناءات عن هذه القواعد يجب مناقشتها مع مدير الوحدة مسبقاً وبفترة كافية.

من المهم أيضاً أن تجِدَ من عدد الأشخاص الذين يأتون مع طفلك لـ "قسم الطوارئ" أو لزيارات العيادة الخارجية. إعمل كل ما في مقدورك لترك أخوة وأخوات الطفل المريض في المنزل. وعندما يكون هناك موعد مع الطبيب بالعيادة الخارجية أو في حالة زيارة "قسم الطوارئ"؛ من الأفضل أن يرافق الطفل أو المراهق شخص بالغ واحد أو اثنين على الأكثر.

#### 2. الكشف (التحري) على الزوار

- سيقوم طاقم المستشفى بالتحقق من أي علامات مَرَضِيَّة في كل شخص يدخل إلى وحدات نزلاء المستشفى. وهذا يشمل:
- سؤال طاقم المستشفى للزوار عما إذا كانوا يعانون من أي أعراض مَرَضِيَّة.
  - وجود محطات للكشف على الزوار خارج وحدات نزلاء المستشفى.

#### 3. تقليص الدخول إلى غرف اللُّعْب

الدخول لغرف اللُّعْب متاح فقط للمرضى ولوالديهم أو أوصيائهم (من يقوموا برعايتهم)، وليس من المسموح للأخوة والأخوات أن يستخدموا غرف اللُّعْب.



## كيف يمكنني المساعدة؟

### 1. حافظ على نظافة الأيدي.

نظف يديك بجلّ (هلام) الكحولي أو اغسلهما بالصابون والماء لمدة 15 ثانية:

- قبل أن تدخل إلى غرفة طفلك (اطلب من الزوار أن ينظفوا أيديهم هم أيضاً)؛
- قبل أن تخرج من غرفة طفلك؛
- عندما تعود إلى الغرفة بعد ذهابك إلى المناطق المشتركة بالمستشفى (مثل المطعم، أو المقهى، أو استراحة الوالدين)؛
- بعد العطس، أو السعال (الكحة)، أو أي تلامس مع مخاط الأنف أو الفم؛
- قبل وبعد الأكل؛
- بعد استخدام الحمام (دورة المياه) أو تغيير الحفاضة (حفاظ).

وتأكد من أنك قد نظفت يدي طفلك أيضاً في كل تلك الحالات!

### 2. ساعد في أن تبقى غرفة طفلك والمناطق المشتركة نظيفة.

يتم تنظيف غرف المرضى يومياً بواسطة "فريق الخدمات البيئية" بالمستشفى. يمكنك مساعدتهم عن طريق:

- تقليص عدد الأغراض التي تحضرها معك (لأنه من الصعب تنظيف غرفة مليئة بالأغراض المبعثرة)؛
- استخدام مناديل التنظيف المبلّلة الموجودة في الغرفة فهي متاحة للاستخدام عند الحاجة.
- استخدام المطبخ ودُشّ الاستحمام فقط في الأماكن المخصصة للوالدين أو العائلة. من فضلك إسأل مقدمي الرعاية أين تقع هذه الأماكن. إنَّ المطبخ ودُشّ الاستحمام الموجودة بوحدات نزلاء المستشفى هي مخصصة للمرضى فقط.
- استخدم مطبخ نزلاء المستشفى لتجهيز وتخزين طعام المريض فقط. لا تقوم أبداً بإعادة أي طعام أو شراب إلى مطبخ النزلاء بعد أن كان قد استُخدم في غرفة مريض.

### 3. جدّ من الحركة والتنقل بين أرجاء المستشفى.

يتم إدخال مرضى كثيرين لمستشفى "CHEO" أثناء "موسم الذروة"، وهذا يعني أنه سيتم نقل المرضى بين الغرف أكثر من المعتاد. نحن (كطاقم مستشفى) نعلم أن الحَدّ من الحركة صعباً، ولكننا نقدر تفهّمكم.

### 4. احصل على التطعيم (لقاح) ضد الإنفلونزا.

تطعيمك ضد الإنفلونزا يقيك من المرض، ويحمي من حولك أيضاً. تأكد من أن كل أفراد عائلتك مطعمون ضد الإنفلونزا؛ فالفرصة مازالت متاحة للتطعيم هذا الموسم.



إذا كان الوالدين مرضى، فعليهم البقاء بالمنزل حتى يشفوا. ويمكنهم أن يختاروا أحد الأقارب أو الأصدقاء المقربين ليقوم بدور مقدم الرعاية للطفل في هذه الأثناء نيابة عنهم، وإذا لم يكن ذلك ممكناً، فسنعلم مع الوالدين لنجد طريقة آمنة للزيارة.

هل الزيارة متاحة للوالدين إذا كانوا يعانون من مرضٍ ما؟

ساعدونا كي نحفظ سلامة الكلّ خلال موسم الفيروسات الحالي.  
من الممكن إنقاذ حياة إنسانٍ بقليلٍ من العناية الإضافية!

