



راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه



معاونت بهداشت

نسخه اول - مهر ماه ۱۳۹۹

کد ۳۰۶/۲۱۸



معاونت بهداشت

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه

فهرست

مقدمه.....	۲
دامنه کاربرد.....	۲
فاصله‌گذاری اجتماعی.....	۲
غریبالگری نمازگزاران و خادمین و مسئولین اجرایی نماز جمعه در همه‌گیری کووید-۱۹.....	۳
اقدامات کنترلی سلامت محیط و کار.....	۳
۱. بهداشت و حفاظت فردی.....	۳
۲. بهداشت ابزار و تجهیزات.....	۴
۳. بهداشت ساختمان.....	۵
نکات مهم.....	۷
آموزش بهداشت.....	۷
پیوست ۱: روش درست شستشوی دست‌ها.....	۱۰
پیوست ۲: گندزدهای سطوح.....	۱۲
جدول ۱- راهنمای غلظت و مصرف هیپوکلریت سدیم.....	۱۵
جدول ۲- راهنمای تهیه مواد گندزدا.....	۱۵
پیوست ۳: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس.....	۱۶

مقدمه

شناسایی راه‌های انتقال عامل ایجادکننده بیماری نقش مهمی در کنترل آن دارد. راه‌های انتقال این ویروس هنوز به‌طور دقیق مشخص نشده‌است ولی به‌عنوان یک اصل کلی ویروس‌های تنفسی به‌طور عمده از طریق ریز قطرات یا از طریق سرفه یا عطسه و یا لمس اشیاء آلوده منتقل می‌گردند. براساس دانسته‌های کنونی این بیماری از یک طیف ملایم تا شدید با علایمی همچون تب، سرفه، تنگی نفس می‌تواند بروز نماید و در موارد شدیدتر ممکن است منجر به ذات‌الریه، نارسایی کلیه و مرگ گردد. درصد مرگ ناشی از این بیماری هنوز به‌طور دقیق مشخص نشده‌است.

با عنایت به آخرین اطلاعات، انتقال ویروس کرونا از انسان به انسان از طریق سرفه، عطسه، تخلیه ترشحات بینی و دهان در محیط می‌باشد. این ویروس می‌تواند در فاصله ۱ تا ۲ متری از طریق سرفه یا عطسه منتقل شود. راه دیگر انتقال، تماس دست‌ها با محیط و سطوح آلوده به ویروس مانند تجهیزات، دستگیره درب‌ها، میز و صندلی، شیرآلات، نرده پله‌ها، پریز و کلیدهای برق و کلیه وسایلی است که به‌طور عمومی و مشترک استفاده می‌شود شامل اسکناس، اسناد و مدارک دست به دست شده و نظایر آن. بنابراین حائز اهمیت است پس از تماس با هر فرد یا اشیاء مشکوک دست‌ها را با آب و صابون شستشو گردد.

دامنه کاربرد

با توجه به اهمیت سلامت نمازگزاران و مراجعان به مساجد، مصلی‌ها و سایر محل‌های برگزاری نماز جمعه و نظر به اهمیت برگزاری این مراسم عبادی و سیاسی در راستای احیای شعائر و حفظ سلامت روانی افراد جامعه، برگزاری نماز جمعه در تمامی پایگاه‌های کشور، با رعایت دقیق و کامل الزامات این راهنما مجاز است. این راهنما با همکاری و هماهنگی نمایندگان محترم شورای سیاست‌گذاری ائمه جمعه، جهت پیشگیری و کنترل شیوع کووید-۱۹ (کرونا و ویروس) در مساجد، مصلی‌ها و سایر اماکنی که محل برگزاری نماز جمعه است تهیه و تدوین گردیده و سایر قوانین، آیین‌نامه‌ها، مقررات، دستورالعمل‌های مرتبط با بهداشت محیط و بهداشت حرفه‌ای به قوت خود باقی است.

فاصله‌گذاری اجتماعی

- فاصله مجاز حین قرائت خطبه و صف‌های نماز به شرح زیر است:
۱- فاصله نماز گزاران از طرفین (چپ و راست): یک متر

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا و پروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه

۲-فاصله صفوف نمازگزاران (فاصله محل ایستادن نمازگزاران صف عقب تا محل ایستادن نمازگزاران در صف جلو): حداقل یک و نیم متر.

- در صورت وجود صندلی نماز، رعایت محل استقرار صندلی‌ها حسب فاصله مجاز (یک متر) و میکروبزداپی صندلی‌ها قبل و بعد از نماز الزامی است.
- محل استقرار نمازگزاران در صفوف نماز، می‌بایست با علامت‌گذاری مشخص شود.
- تعداد نمازگزاران باید حداکثر ۲۵ درصد ظرفیت محل برگزاری نماز، در فضای سر بسته باشد.
- به منظور جلوگیری از تراکم و ازدحام جمعیت، پس از پایان نماز، می‌بایست تمام درهای موجود در محل برگزاری نماز جمعه، جهت خروج نمازگزاران باز باشند.
- تا اطلاع ثانوی، به منظور جلوگیری از تجمع، از برگزاری هرگونه نمایشگاه و یا فروشگاه کتاب و سایر لوازم و اقلام فرهنگی خودداری شود.
- شایسته است برنامه‌ریزی لازم جهت جلوگیری از تجمع و ازدحام نمازگزاران در محل خروجی‌ها انجام گیرد، به گونه‌ای که اولویت خروج از سمت صف‌های نزدیک به درهای خروجی، به ترتیب و با رعایت فاصله ایمن حداقل یک و نیم متر صورت پذیرد.
- حداکثر زمان حضور مردم در محل برگزاری مراسم جهت استماع خطبه‌ها و اقامه نماز، از یک و نیم ساعت بیشتر نشود.

غربالگری نمازگزاران و خادمین و مسئولین اجرایی نماز جمعه در همه‌گیری کووید-۱۹

- لازم است براساس طرح فاصله‌گذاری اجتماعی، پیش از ورود به محل برگزاری نماز، فعالیت‌های زیر انجام پذیرد:
- تب‌سنجی نمازگزاران در حین ورود الزامی است.
 - سالمندان، زنان باردار و افراد دارای بیماری‌های زمینه‌ای، در حد امکان از شرکت در مراسم نماز جمعه خودداری نمایند.
 - از ورود افراد دارای علائم مشخص و ظاهری بیماری کووید ۱۹ از جمله تب بالای ۳۷/۸ سانتی‌گراد و یا بیماران مبتلا به کووید-۱۹، سرماخوردگی و آنفلوآنزا نیز به محل برگزاری نماز ممانعت به عمل آید.

اقدامات کنترلی سلامت محیط و کار

۱. بهداشت و حفاظت فردی

- کلیه نمازگزاران و برگزارکنندگان ملزم به استفاده از ماسک می‌باشند؛

- اجتناب از تماس کارکنان با یکدیگر از جمله دست دادن و روبوسی کردن؛
- شستن صحیح و مکرر دست‌ها با آب و صابون و یا استفاده از ضدعفونی کننده‌ها و شوینده‌های با پایه الکل؛
- استفاده از دستمال کاغذی هنگام عطسه، سرفه کردن (در صورت نبودن دستمال از آرنج خمیده استفاده گردد)؛
- خودداری از دست زدن به ماسک استفاده شده بدون دستکش (ماسک استفاده شده را در جیب و کیف خود قرار ندهید، ماسک را در نایلون گذاشته و در سطل زباله درب دار بیندازید)؛
- در صورت مشاهده علائم سرماخوردگی از حضور در نماز جمعه خودداری گردد؛
- نیروهای خدماتی در هنگام نظافت باید از لباس حفاظتی، ماسک، چکمه و دستکش استفاده نمایند؛
- برای ثبت حضور و غیاب کارکنان، ترجیحا از سیستم تشخیص چهره استفاده شود؛
- برای تماس با دکمه‌های آسانسور (در صورت وجود)، از دستمال کاغذی و نظایر آن استفاده شود؛
- عدم تماس دست‌ها با چشم، بینی و دهان؛
- از انجام هرگونه پذیرایی و توزیع نذورات خودداری شود؛
- حتی الامکان، نمازگزاران، آب آشامیدنی را از منزل به همراه داشته باشند.

۲. بهداشت ابزار و تجهیزات

- امکان تحویل ماسک برای افرادی که ماسک ندارند، در ورودهای محل برگزاری نماز جمعه برنامه‌ریزی و مدیریت شود به طوری که هیچ فردی بدون ماسک نباشد.
- تمهیدات و پیش‌بینی‌های لازم برای تهیه و تحویل ماسک به افراد فاقد ماسک، صورت پذیرد.
- در اماکن و پایگاه‌هایی که بر اساس ملاحظات امنیتی نیاز به بازرسی بدنی از نمازگزاران وجود دارد، از بازرسی بدنی دستی و مستقیم خودداری شود. در چنین اماکنی می‌بایست از تجهیزات بازرسی مانند راکت‌های ویژه بازرسی، استفاده شود.
- استفاده از مهرهای سنگی قابل شستشو، به شرط میکروزدایی، بعد از استفاده، منعی ندارد، ولی استفاده از سجاده و مهر شخصی دارای اولویت است.
- کلیه کتب مذهبی، مهر، سجاده، تسبیح، چادر و نظایر آن جمع‌آوری شود و نمازگزاران از وسایل شخصی خود استفاده نمایند.

- جلوگیری از تماس ابزار کار مخصوص خدام (پر، عصا و نظایر آن) با افراد دیگر.
- تجهیزات ضدعفونی و شستشوی دست همراه با ماده ضدعفونی‌کننده و مایع دستشویی در مکان‌های مناسب از جمله ورودی محل برگزاری نماز، روشویی و سرویس‌های بهداشتی، به تعداد کافی نصب شود.
- سطل زباله، دستمال‌ها، تی، وسایل نظافت و گندزدایی سرویس‌های بهداشتی باید از وسایلی که برای مکان‌های دیگر استفاده می‌شود، مجزا باشد.
- تجهیز محل برگزاری مراسم به سطل‌های زباله دردار، جهت انداختن ماسک، دستکش و دستمال غذایی مستعمل و نصب تابلوهای آموزشی و تذکر مجریان جهت فرهنگ‌سازی در این خصوص.
- سطل‌های دردار پدالی جهت جمع‌آوری زباله از جمله ماسک و دستکش‌های یکبار مصرف مورد استفاده به تعداد کافی در نقاط مختلف محل برگزاری نماز تعبیه شود تا از پراکندگی زباله از جمله ماسک استفاده شده در صحن‌ها و اطراف محل برگزاری نماز جلوگیری شود.
- وسایل نظافت پس از هر بار استفاده میکرووب زدایی شود.
- "تی‌هایی" که برای نظافت کف صحن‌ها و راهروها استفاده می‌شود باید دارای چند "سر" اضافی باشند.
- نظافت از یک نقطه آغاز و در طرف یا نقطه مقابل به پایان برسد (تی را به صورت مارپیچ حرکت دهید).
- در صورت فعال بودن کفشداری، مسئولین و خادمین کفشداری می‌بایست ملبس به لباس مخصوص کفشداری و ملزم به استفاده از ماسک و دستکش هستند. استفاده از کیسه‌های یکبار مصرف نو جهت نگهداری کفش در قفسه‌ها الزامی است. در غیر اینصورت، کفش هر نمازگزار می‌بایست داخل کیسه شخصی و یا کیسه یکبار مصرف نو و گره زده داخل شبستان برده شود.
- میکرووب‌زدایی کفشداری (در صورت وجود) به صورت مستمر انجام گیرد.
- همه تجهیزات و شماره‌های کفشداری می‌بایست قبل و بعد از مراسم، میکرووب‌زدایی شوند.

۳. بهداشت ساختمان

- در صورت مسقف بودن محل برگزاری نماز، تهویه مطلوب و مناسب به منظور ورود و خروج هوای تازه، ضروری است، به گونه‌ای که گردش هوای تازه از بیرون به داخل و از داخل به بیرون انجام پذیرد.
- در صورت برخوردار بودن محل برگزاری نماز از صحن و فضای روباز و غیر مسقف، اولویت برگزاری نماز در صورت مساعد بودن هوا، استفاده از صحن‌های روباز است.
- در حدامکان مسیر ورودی و خروجی جداگانه برای نمازگزاران، در نظر گرفته شود.

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا و بیروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه

- نصب بنر و تابلوهای آموزشی مربوط به رعایت بهداشت فردی و بهداشت عمومی به منظور کنترل و پیشگیری از شیوع بیماری کووید-۱۹ و سایر بیماری های واگیردار، در محل های مناسب (به ویژه ورودی ها) ضروری است.
- اجرا، کنترل و نظارت بر میکروبزدایی محل برگزاری نماز جمعه، به خصوص قبل و بعد از برگزاری مراسم نماز، ضرورت دارد.
- در سرویس های بهداشتی باید تهویه به شکل مناسب صورت پذیرد.
- سرویس های بهداشتی (حمام و توالت) باید به صورت مجزا میکروبزدایی شوند.
- میکروبزدایی دستگیره درها، سرویس های بهداشتی و سایر سطوح مشترک، قبل و بعد از نماز و پس از خروج نماز گزاران صورت پذیرد.
- کابین آسانسور باید مجهز به دستگاه تهویه بوده و فضای داخل کابین به صورت منظم، میکروبزدایی شود (در صورت وجود).
- آب خوری ها و آب سردکن ها به صورت موقت حذف شده و در صورت امکان از آب بطری شده استفاده گردد.
- تا برطرف شدن بحران از مفروش کردن صحن ها با فرش در غیر از زمان برگزاری نماز جمعه خودداری شود.
- نسبت به تعبیه سیستم لوله کشی صابون مایع و یا حداقل ظرف همراه با مایع دستشوئی در محل، دستمال کاغذی در توالت ها و سرویس های بهداشتی اقدام گردد.
- بخش های نگهداری موقت و قسمت های اداری و عمومی نظیر کتابخانه و کفشداری به صورت مستمر میکروبزدایی شود.
- دفع پسماندها باید به شیوه بهداشتی در سطل های دردار پدالی صورت پذیرد و کلیه نیروهای خدماتی در خصوص جمع آوری و دفع پسماند با رعایت تمامی ملاحظات بهداشتی (جمع آوری پسماند در کیسه های پلاستیکی محکم بدون درز و نشت) در آخر هر شیفت کاری، را در دستور کار قرار دهند.

نکات مهم

- هماهنگی و همکاری همه دستگاه‌های اجرایی، به ویژه مراکز بهداشت با ستاد نماز جمعه، جهت برگزاری مراسم، مورد انتظار است.
- ستاد نماز جمعه در هر شهر/ شهرستان، مسئولیت اجرا و نظارت بر حسن اجرای این راهنما را عهده‌دار است.
- نظارت عالیه بر اجرای این راهنما بر عهده عهده‌دانشگاه‌های علوم پزشکی و مراکز بهداشت شهرستان/ شهر محل برگزاری است.
- ستادهای نماز جمعه، به صورت هفتگی، در روز شنبه، گزارش مستند و مصور خود از تمهیدات بهداشتی و مراقبتی، جهت برگزاری مراسم نماز جمعه را، به مرکز بهداشت شهر/ شهرستان ارسال نمایند.
- رعایت دقیق و مناسب مفاد راهنمای فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در اماکن متبرکه، مساجد و زیارت‌گاه‌ها (ابلاغ شده در اردیبهشت ماه ۱۳۹۹) الزامی است.
- شایسته است، ائمه محترم جمعه و اعضای ستاد نماز جمعه، در راستای ترغیب مردم به رعایت بهداشت فردی به ویژه سیاست شفا (شستن مرتب دست، فاصله ایمن حداقل یک و نیم متر، استفاده از ماسک) اهتمام ورزند.
- در حد امکان خطبه‌های نماز جمعه، کوتاه و مختصر ارائه شوند.
- حداکثر زمان برگزاری مراسم نماز جمعه، یک و نیم ساعت (۹۰ دقیقه) است.
- از ارائه خدماتی مانند ارائه چادر به بانوان خودداری گردد.
- تا اطلاع ثانوی، از برگزاری هرگونه برنامه جنبی، غیر از بیان خطبه‌ها و اقامه نماز پرهیز شود.
- رعایت نکات مهم ایمنی و پیشگیری از برق‌گرفتگی و آتش‌سوزی در هنگام میکروزدایی انجام گیرد.
- هرگز آب ژاول (وایتکس) با محلول‌های آمونیاک و مواد شوینده ترکیب نگردد.
- هرگز برای عملیات میکروزدایی از آب ژاول رقیق نشده با آب استفاده نگردد.
- تهیه و تامین امکانات ضدعفونی و میکروزدایی، حتی‌الامکان، برای اماکن برگزاری نماز جمعه، در دستور کار قرار گیرد.

آموزش بهداشت

روش‌های آموزشی مناسب

- آموزش به صورت مجازی (از طریق شبکه‌های مجازی، وبسایت‌ها و ...)

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا و ویروس) فاصله‌گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه

- در صورتی که آموزش از مسیرهای مجازی امکان‌پذیر نبود از طریق چهره به چهره با رعایت فاصله حداقل یک متر و استفاده از ماسک توسط دو طرف بلامانع است.
- **رسانه‌های مورد نیاز برای آموزش موضوعات مختلف:** (موضوعات مورد آموزش در بند زیر درج شده‌است).

- نصب استند و بنرهای اطلاع رسانی
- نصب پوستره‌های آموزشی
- در صورت امکان، ارسال پیامک‌های آموزشی به گوشی‌های همراه
- در صورت امکان، ارسال پیام‌های آموزشی در گروه‌های مجازی مربوطه
- در صورت امکان، انتشار تیزر، اینفوگرافی یا موشن‌گرافی در فضای مجازی
- در صورت امکان، استفاده از صفحات نمایشی (led) جهت پخش پیام‌ها و تصاویر آموزشی

• **موضوعات مورد آموزش برای گروه‌های هدف** (نکته: مطالب آموزشی جهت تولید رسانه مانند بنر، پوستر و ... در بخش‌های دیگر همین راهنما موجود می‌باشد).

- آشنایی با بیماری کرونا و 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
- توصیه ماندن در خانه
- آموزش فاصله‌گذاری اجتماعی
- معرفی سامانه ۱۹۰ و سامانه ۴۰۳۰
- سایر (با توجه به موضوعات مندرج در این راهنما)

نمونه فعالیت‌های آموزشی

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا و بیروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه

- نصب استند یا بنرهای آموزشی برای به کارگیری تمهیدات لازم در جهت مقابله با شیوع کرونا و بیروس در محل برگزاری نماز جمعه
- نصب پوستره‌های هشداردهنده در خصوص چگونگی انتقال بیماری کرونا
- نصب پوستر یا بنر راهنمای نحوه صحیح شستشوی دست‌ها در محل خصوصا سرویس‌های بهداشتی
- آموزش نحوه استفاده از محلول ضد عفونی کننده دست
- نصب پوستر مرتبط با بیماری و توصیه ماندن در خانه در صورت وجود علائم
- آموزش توصیه‌های مرتبط با نحوه صحیح عطسه و سرفه و استفاده از دستمال کاغذی یا آرنج
- نصب بنرهای آموزشی نحوه پیشگیری از انتقال بیماری‌های تنفسی
- نصب پوستر آموزشی نحوه صحیح استفاده از تجهیزات حفاظت فردی
- نصب پوستر نحوه صحیح پوشیدن، درآوردن و دفع وسایل حفاظت فردی
- نصب بنر غربال‌گری و بیماریابی در محل نگهداری و درب ورودی ساختمان
- نصب بنر ثبت نام و غربال‌گری در سامانه salamat.gov.ir
- بارگذاری پیام‌های بهداشتی بر روی سایت و شبکه‌های مجازی
- نصب پوستر سامانه پاسخگویی شکایات وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به شماره تلفن ۱۹۰ جهت اعلام موارد غیربهداشتی به سامانه مذکور
- نصب پوستر معرفی سامانه ۴۰۳۰ با همکاری مراکز بهداشت محل

پیوست ۱: روش درست شستشوی 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 دردار بیندازید.

راهنمای گام دوم مبارزه با کووید-۱۹ (کرونا ویروس) فاصله گذاری اجتماعی و الزامات سلامت محیط و کار در برگزاری نماز جمعه



دست ها را خیس کرده و بعد آن ها را صابونی کنید.

روش درست شستن دست ها

در ۱۰ مرحله



کف دست ها را با هم بشویید.



بین انگشتان را در قسمت پشت بشویید.



بین انگشتان را از روبرو بشویید.



نوک انگشتان را درهم گره کرده و به خوبی بشویید.



شست ها را جداگانه و دقیق بشویید.



خطوط کف دست را با نوک انگشتان بشویید.



دور مچ هر دو دست را بشویید.



دست ها را با دستمال خشک کنید.



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

پیوست ۲: گندزدهای سطوح

<p>از یک ماده گندزدایی مناسب با پایه کلر یا بر پایه الکل استفاده کنید. از تماس کافی سطوح با ماده گندزدایی کننده مطمئن شوید. زمان مورد نیاز برای اثرگذاری گندزدها ۱۰ تا ۶۰ دقیقه رعایت گردد.</p>	<p>نکات عمومی</p>
<p>۱. مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای مجوز ۲. مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای مواد کواترنر آمونیوم ۳. مواد گندزدای اکسیدان نظیر پراکسید هیدروژن ۴. سفیدکننده</p>	<p>مواد گندزدا</p>
<p>۱. الکل برای از بین بردن ویروسها موثر است. اتیل الکل ۷۰ درصد یک میکروب کش با طیف گسترده است و به طور کلی از الکل ایزوپروپیل بهتر است. الکل اغلب برای گندزدایی سطوح کوچک (به عنوان مثال درپوش لاستیکی ویال های دارویی مولتیپل دوز، ترمومترها) و گاهی سطوح خارجی تجهیزات (مثل استتوسکوپ و ونتیلاتورها) استفاده می شود. ۲. به دلیل قابلیت اشتعال الکل استفاده از آن برای گندزدایی سطوح کوچک محدود و در فضاهایی با تهویه مطلوب استفاده می گردد. ۳. استفاده مکرر و طولانی از الکل به عنوان گندزدا می تواند باعث تغییر رنگ، تورم، سخت شدن و ترک خوردگی لاستیک و پلاستیک های خاص شود. ۴. هنگام گندزدایی و نظافت، سالن ها باید خالی از افراد بوده و درها و پنجره ها باز گذاشته شوند و جهت تهویه بهتر است هواکش نیز روشن باشد. ۵. در هنگام گندزدایی ملاحظات لازم به منظور جلوگیری از خطر برق گرفتگی در نظر گرفته شود. ۶. گندزدها باید با آب سرد یا معمولی تهیه گردد. ۷. محلول های گندزدا باید روزانه تهیه و استفاده شود (کارایی محلول پس از گذشت ۲۴ ساعت کاهش می یابد). ۸. امکانات لازم برای شستشوی مرتب دست ها و استفاده از ماسک یکبار مصرف در طول شیفت (به ازاء هر شیفت حداقل ۲ ماسک) و</p>	<p>نکات مهم در خصوص مواد گندزدا و ضدعفونی بر پایه الکل دارای مجوز</p>

<p>شستشو و گندزدایی روزانه لباس کار برای نیروهای خدماتی باید فراهم شود.</p>	
<p>۱. گندزدایی قوی و موثر که ماده فعال آن هیپوکلریت سدیم در از بین بردن باکتری، قارچ و ویروس از جمله ویروس آنفولانزا موثر است اما به راحتی توسط مواد آلی، غیرفعال می شود.</p> <p>۲. گندزداها و سفیدکننده های خانگی (با ۱۰ تا ۶۰ دقیقه زمان تماس)، با هزینه کم و به طور گسترده در دسترس است و برای گندزدایی سطوح در مراکز درمانی توصیه می شود.</p> <p>۳. با این حال سفیدکننده ها غشاهای مخاطی، پوست و مجاری تنفسی را تحریک می کند و تحت تاثیر گرما و نور تجزیه می شوند و به راحتی با سایر مواد شیمیایی واکنش نشان می دهند. بنابر این سفیدکننده ها باید با احتیاط مصرف گردند.</p> <p>۴. استفاده نادرست از سفیدکننده از جمله عدم رعایت میزان رقیق سازی توصیه شده (قوی تر و ضعیف تر) می تواند اثرات آن را برای گندزدا کاهش دهد و باعث آسیب دیدگی کارکنان مراقب بهداشتی گردد.</p> <p>۵. برای تهیه و استفاده از سفیدکننده رقیق شده رعایت موارد زیر ضروری است:</p> <ul style="list-style-type: none">- استفاده از ماسک، پیش بند ضد آب و دستکش و عینک برای محافظت از چشم در برابر پاشیدن توصیه می شود.- محلول های سفیدکننده در محل های با تهویه مناسب مخلوط نموده و استفاده گردد.- سفیدکننده با آب سرد مخلوط گردد (آب گرم باعث تجزیه هیپوکلریت سدیم می گردد و آن را ناکارآمد می نماید)- از به کار بردن سفیدکننده ها به همراه سایر مواد شوینده خانگی اجتناب گردد زیرا کارایی آن را کاهش داده و می تواند باعث واکنش های شیمیایی خطرناک شود. به عنوان مثال گازهای سمی در هنگام مخلوط کردن سفیدکننده با مواد شوینده اسیدی مانند موادی که برای تمیز کردن توالت استفاده می شود، تولید می گردد و این گاز می تواند باعث مرگ یا جراحت گردد. در صورت لزوم ابتدا از مواد شوینده استفاده نمایید و قبل از استفاده از سفیدکننده برای	<p>نکات مهم در خصوص سفیدکننده</p>

گندزدایی، کاملاً با آب بشویید.

سفیدکننده ها موجب خوردگی در فلزات می گردند و به سطوح رنگ شده صدمه می زنند.

- از تماس با چشم باید خودداری گردد. اگر سفیدکننده به چشم وارد گردد بلافاصله باید به مدت ۱۵ دقیقه با آب شسته و با یک پزشک مشورت گردد.

- سفیدکننده رقیق نشده وقتی در معرض نور خورشید قرار می گیرد گاز سمی آزاد می نماید؛ بنابراین سفیدکننده ها باید در مکان خنک و دور از نور خورشید و دور از دسترس کودکان قرار داده شوند.

- هیپوکلریت سدیم با گذشت زمان تجزیه می شود برای اطمینان از اثربخشی آن از سفیدکننده های که اخیراً تولید شده خریداری نموده و از ذخیره بیش از حد خودداری گردد.

- اگر از سفیدکننده رقیق استفاده کنید محلول رقیق شده را روزانه و تازه تهیه نموده و بر روی آن برچسب تاریخ رقیق سازی قید شود و محلول های تهیه شده بلا استفاده را بعد از ۲۴ ساعت دور بریزید. مواد آلی موجب غیرفعال شدن سفیدکننده ها می گردد، بنابراین ابتدا سطوح آغشته به مواد آلی باید تمیز شده و قبل از گندزدایی با ماده سفیدکننده عاری از مواد آلی گردد.

- سفیدکننده رقیق شده را باید دور از نور خورشید و در صورت امکان در ظروف تیره رنگ و دور از دسترس کودکان نگهداری گردد.

جدول ۱- راهنمای غلظت و مصرف هیپوکلریت سدیم

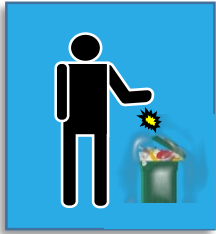
<p>محلول اولیه: عمده محلول‌های سفیدکننده خانگی حاوی هیپوکلریت سدیم ۵ درصد معادل (PPM) ۵۰۰۰۰) کلر قابل دسترس</p>
<p>محلول تو صیه شده: محلول ۱:۱۰۰ از هیپوکلریت سدیم ۵ درصد تو صیه می شود استفاده از ۱ قسمت سفیدکننده به ۹۹ قسمت آب سرد لوله‌کشی (محلول ۱:۱۰۰ برای گندزدایی سطوح) برای دستیابی به غلظت مناسب هیپوکلریت سدیم، نسبت سفیدکننده به آب را تنظیم کنید. به‌عنوان مثال، برای آماده‌سازی سفیدکننده‌های حاوی ۲/۵ درصد هیپوکلریت سدیم، از دو برابر بیشتر از سفیدکننده استفاده کنید (یعنی ۲ قسمت سفیدکننده به ۹۸ قسمت آب)</p>
<p>کلر قابل دسترس بعد از رقیق‌سازی: برای سفیدکننده حاوی ۵ درصد هیپوکلریت سدیم یک محلول ۱:۱۰۰، کلر قابل دسترس در حدود ۰/۰۵ درصد یا ۵۰۰ پی پی ام خواهد بود</p>
<p>محلول‌های سفیدکننده شامل غلظت‌های دیگر از هیپوکلریت سدیم با مقادیر متفاوتی تهیه خواهند شد تا رقت موردنظر حاصل گردد</p>
<p>زمان تماس برای کاربردهای متفاوت:</p> <ul style="list-style-type: none"> • سطوح غیرمتخلخل: بیشتر یا مساوی ده دقیقه توصیه می‌گردد • گندزدایی از طریق غوطه‌ور کردن اقلام: زمان تماس ۳۰ دقیقه توصیه می‌شود (برای تی‌ها، دستمال، لباس، دستکش و نظایر آن) <p>نکته: سطوح باید از مواد آلی تمیز گردد (مانند تمیز کردن مدفوع، استفراغ، ترشحات، خون یا دیگر مایعات بدن قبل از گندزدایی یا غوطه‌وری)</p>

جدول ۲- راهنمای تهیه مواد گندزدا

غلظت مورد نیاز	گندزدایی در دسترس	نسبت گندزدا به آب سرد
کلر قابل دسترسی ۵۰۰ پی پی ام یا ۰/۰۵ درصد	آب ژاول ۵ درصد (۵۰۰۰۰ پی پی ام کلر قابل دسترس دارد)	۱ واحد گندزدا ۹۹ واحد آب سرد

پیوست ۳: نکات مهم در پیشگیری از کرونا ویروس

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



✓ قبل از خوردن و آشامیدن دست‌های 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؛



✓ اگر علائم سرماخوردگی دارید در منزل استراحت کنید؛

✓ سطوحی که در تماس مکرر با آن هستید را گندزدایی نمایید؛



✓ از تماس با افرادی که مریض هستند خودداری کنید. از روبوسی و دست دادن با افراد دیگر بپرهیزید (فاصله ۱ تا ۲ متر از افراد دیگر حفظ شود)؛



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



✓ حتما از ماسک استفاده نمایید؛



✓ به اطرافیان خود آموزش دهید؛

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

