



# نکات ضروری در بیماری کووید - ۱۹

طرح حافظان سلامت محله

تهیه و تدوین:

گروه مبارزه با بیماری های واگیر

آموزش و ارتقاء سلامت

معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اصفهان

آبان ۱۳۹۹



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مقام معظم رہبر سے (مدظلہ العالی)

لزوم راہ اندازی فوری یک عقبہ قرار گاہی و عملیاتی برای اجرائی  
تصمیمات ساد ملی مقابلہ با کرونا و نظارت بر اجرائی

## مقدمه:

بیماری ناشی از ویروس کرونای جدید به نام بیماری کووید-۱۹ اکنون یک مشکل جهانی است. از مهمترین ویژگی این بیماری نوپدید، گسترش سریعتر آن نسبت به بیماری های دیگر است.



با توجه به بیانات مقام معظم رهبری مبنی بر لزوم راه اندازی فوری یک عقبه قرارگاهی و عملیاتی برای اجرای تصمیمات ستاد ملی مقابله با کرونا و شناسایی سریع بیماران مبتلا، همچون همیشه تاریخ انقلاب حضور و همکاری نیروهای بسیجی و داوطلب را در این برهه تحت عنوان «حافظان سلامت محلات» جهت بررسی سلامت خانوارها دارد تا برگ زرین دیگری بر صفحه کتاب ارادت و عشق بسیجیان به ولایت، مردم و ایران عزیز رقم بخورد. این مجموعه در راستای افزایش آگاهی و نگرش افراد شرکت کننده در تیم های غربالگری تهیه شده است. امید است مطالب این مجموعه آموزشی، مفید فایده قرار گیرد و سبب ارتقای توانمندی های این عزیزان برای پیشگیری و کنترل بیماری کووید - ۱۹ شود.

دکتر کمال حیدری

معاون بهداشت و رئیس مرکز بهداشت استان اصفهان



## ۱- علائم بیماری کووید-۱۹ چیست؟

علائم بیماری کووید-۱۹ شامل موارد زیر می باشد:

- ◆ تب، سرفه خشک، گلو درد، بدن درد، آبریزش بینی، عطسه، سر درد، تهوع، استفراغ، اسهال، لرز، ضعف و خستگی، تنگی نفس، از دست دادن حس بویایی و چشایی
- ◆ علائم بیماری کرونا در طی ۲ تا ۱۴ روز بعد از تماس با فرد مبتلا، خود را نشان می دهد.



## ۲- بیماری از چه راه هایی انتقال می یابد؟

۱. انتقال از فرد به فرد با قطرات تنفسی

- ◆ بین افراد در تماس نزدیک با یکدیگر (در فاصله یک متر یا کمتر برای حداقل ۱۵ دقیقه)
- ◆ از طریق قطرات ریز تنفسی زمانی که فرد مبتلا عطسه یا سرفه می کند.
- ◆ صحبت کردن در فاصله نزدیک

۲. از طریق تماس با سطوح و اشیای آلوده

- ◆ افراد از طریق تماس با سطوح و اشیایی که ویروس روی آنها وجود دارد و سپس دست زدن به دهان، بینی و چشم های خود، مبتلا به کرونا می شوند.
- ◆ بیشترین سرایت زمانی اتفاق می افتد که افراد بیشترین علامت را دارند.
- ◆ احتمال انتقال ویروس در فضاهای بسته و کوچک مانند آسانسور بیشتر است.

## ۳- چه کسانی مشکوک به ابتلا به بیماری کووید-۱۹ هستند؟

- در صورت وجود یکی از شرایط زیر، بیمار مشکوک به ابتلا به بیماری کووید ۱۹ می باشد.
۱. شروع ناگهانی تب و سرفه

یا

۲. شروع ناگهانی حداقل سه یا بیشتر از علائم بیماری

یا

۳. از دست دادن ناگهانی حس بویایی یا چشایی



#### ۴- افراد در تماس نزدیک چه کسانی هستند؟

فردی است که در طی ۲ روز قبل تا ۱۴ روز بعد از شروع علائم بیمار، در تماس با بیمار در شرایط زیر باشد:

- ◆ تماس چهره به چهره در فاصله یک متر یا کمتر برای حداقل پانزده دقیقه
- ◆ تماس مستقیم فیزیکی با بیمار
- ◆ مراقبت از بیمار بدون حفاظت فردی
- ◆ برای این افراد احتمال ابتلا به بیماری زیاد می باشد.

#### ۵- چه کسانی بیشتر در معرض ابتلا به بیماری کووید-۱۹ هستند؟

۱. افرادی که مبتلا به بیماری های زیر باشند بیشتر در معرض ابتلا هستند:
  - بیماری های قلبی عروقی، چاقی زیاد یا  $BMI \geq 30$ ، آسم، سرطان، سابقه پیوند عضو، فشار خون بالا، نارسایی مزمن کلیوی، دیابت، آسیب عروق مغز و بیماری مزمن ریوی
۲. افراد بالای ۶۰ سال
۳. مادران باردار

#### ۶- چه کسانی باید برای نمونه گیری آزمایش PCR کرونا مراجعه کنند؟



- ◆ بیماران علامت دار بالای ۶۰ سال
- ◆ مادران باردار علامت دار
- ◆ بیماران علامت دار که بیماری های زیر را دارند:
  - بیماری های قلبی عروقی، چاقی زیاد یا  $BMI \geq 30$ ، آسم، بدخیمی، سابقه پیوند، فشار خون بالا، نارسایی مزمن کلیوی، دیابت، آسیب عروق مغز و بیماری مزمن ریوی
- ◆ افراد در تماس نزدیک با بیمار قطعی که سن بالای ۶۰ سال، بارداری یا بیماری زمینه ای (بیماری های قلبی عروقی، چاقی زیاد یا  $BMI \geq 30$ ، آسم، سرطان، سابقه پیوند عضو، فشار خون بالا، نارسایی مزمن کلیوی، دیابت، آسیب عروق مغز و بیماری مزمن ریوی) دارند.



## الف: نکات مورد توجه بیمار

- ♦ داروهای تجویزی خود را به موقع مصرف کنید.
- ♦ در خانه بماند. به محل های عمومی نرود.
- ♦ استراحت کند. مایعات گرم بنوشد.
- ♦ بیمار ملاقات ممنوع است.
- ♦ وی ملاقات کند.
- ♦ بیمار باید در یک اتاق جداگانه اقامت کند.
- ♦ حداقل یک متر و نیم فاصله با دیگران داشته باشد.
- ♦ مشترک در منزل از ماسک استفاده نکند.
- ♦ تنفسی داشته باشد. (عطسه، سرفه)
- ♦ در سطل درب دار، شستنی های دست خود را بشوید.
- ♦ با باز کردن پنجره ها، تهویه هوا را در منزل خود داشته باشید.

- ◆ حوله نباید مشترک باشد و دستمال کاغذی استفاده نماید
- ◆ هنگام تغذیه شیرخوار با پستان شسته و ظروف ذخیره شیر را به صورت جداگانه بشوید
- ◆ اگر مادر شیرده به شدت بیمار شود، کودک با فنجان تمیز و یا قاشق شیردهی شود.

### ب: نکات مورد توجه مراقب بیمار

- ◆ حتی الامکان تعداد مراقبین بیمار را در منزل ضروری است
- ◆ مراقب بیمار، زمانی که با بیمار در تماس است، ماسک صورت بپوشد یا دستکاری گردد. اگر ماسک فوراً در دسترس نباشد، باید فوراً تعویض شود.
- ◆ بهداشت دست باید فوراً به دقت و تئیه غذا و قبل و بعد از خوردن غذا، از آب و صابون، با دقت و صحیح بشوید، (برای مدت ۲۰ ثانیه) باید انجام شود.
- ◆ شستشوی ظروف بیمار با آب جوشانده شود
- ◆ برای تعویض ملحفه و لباس بیمار، ملحفه و لباس خارج کردن دستکش مجزا و ملحفه های مورد استفاده بیمار را در سطل زباله ۹۰ درجه شسته شود.

- ◆ دستکش ها، ماسک ها، حوله ها و دستمال های کاغذی و سایر پسماندهای مربوط به بیمار، در اتاق بیمار در سطل درب دار که کیسه زباله دارد، قرار داده شود.
- ◆ استفاده از ظروف غذایی مشترک، سیگار مشترک و ملحفه های مشترک ممنوع است. لیوان، خمیر دندان و تخت بیمار جدا باشد.
- ◆ عمر مفید ماسک ساده حدود دو تا سه ساعت می باشد که در صورت مرطوب یا کثیف شدن باید زودتر تعویض گردد.
- ◆ سطوح مرتبط با بیمار (دسته تخت، دستگیره در و ...) باید روزانه با محلول وایتکس (معادل ۳ درب بطری نوشابه پر وایتکس در ۴ لیوان آب) ضدعفونی شوند. ابتدا با شوینده های معمول سطوح پاک شود و سپس با ضدعفونی کننده مناسب محل ضدعفونی گردد. مواد ضدعفونی باید ۱۰ دقیقه روی سطوح باقی بماند تا تأثیر گذاری خود را داشته باشد. این محلول روزانه باید تهیه و در ظروف پلاستیکی فقط برای ۲۴ ساعت می توان نگهداری نمود و نباید داخل ظرف شیشه ای ریخته شود.
- ◆ برای ضدعفونی سرویس بهداشتی باید از محلول وایتکس (۶ درب بطری نوشابه در ۴ لیوان آب) استفاده شود.
- ◆ دستمال ها و وسایلی که برای ضدعفونی سطوح بیمار استفاده می شود باید از سایر وسایل تمیز کننده منزل و وسایل تمیزکننده سرویس بهداشتی جدا باشد و در هیچ شرایطی مشترکاً استفاده نگردد.
- ◆ سالمندان، مادران باردار و افراد در معرض خطر ابتلا باید از فضای نگهداری بیمار دور شوند.



## ج: **علام هشدار برای بیمار**

◆ در صورت بروز علائمی چون استفراغ، اسهال، تب، سرفه های خلط دار، خواب آلودگی، خوراک بی علاقه، خوراکی بلافاصله به مرکز درمانی برسانند.

## د: **نکات مهم برای همراهان**

◆ از آنجاییکه افرادی که تحت مراقبت هستند، ممکن است تلفنی توسط مراقب سلامت بیمار با مرکز تماس می‌گیرند مراقبین سلامت همکاری کرده و در صورت نیاز به مرکز اطلاع دهند.

◆ اطرافیان زیر یک سقف با بیمار در تماس نباشند. با بیمار در ۱۴ روز قبل از شروع بیماری در تماس نباشند و خود را در این مدت از بیمار جدا کنند.

## ۹- در خصوص تغذیه بیمار به چه نکاتی باید توجه شود؟

بیمار در طول دوره بیماری نیاز به انرژی و پروتئین دارد. به منظور افزایش سطح ایمنی بیمار، میوه ها و سبزی ها از جمله منابع غنی پروتئین و ویتامین D (تخم مرغ، لبنیات) و مایع مانند کائولا، آفتابگردان، تخم مرغ، حبوبات، انواع گوشت گاو، مرغ، بوقلمون، گروه B (انواع میوه ها و سبزیجات) و گوشت ها و زرده تخم مرغ) توصیه می‌شود.

- ◆ مصرف روزانه ۸ تا ۶ لیوان آب آشامیدنی سالم و یا سایر مایعات به حفظ ایمنی بدن کمک می کند. در خصوص سننن بالا با پزشک مشاوره شود.
- ◆ مواد غذایی چرب و شور مانند انواع تنقلات شور، انواع کنسروها، شورها، سوسیس و کالباس باعث کاهش سطح ایمنی بدن می شوند.
- ◆ با توجه به شیوع بالای کمبود ویتامین D، توصیه می شود جهت دریافت مقدار مورد نیاز ویتامین D با پزشک و یا مراقب سلامت خود مشورت کنند.

### ۱۰- تا چه زمانی بیمار باید در منزل بماند و به محل کار مراجعه نکند؟

برای بیماران بستری تقریباً ۲۱ روز و برای بیماران سرپایی تقریباً ۱۴ روز پس از شروع علائم باید اصول جداسازی و ماندن در منزل رعایت شود. پس از گذشت این زمان در صورت نداشتن علائم و تایید پزشک امکان بازگشت به کار وجود دارد.

### ۱۱- پالس اکسی متری چگونه انجام می شود؟



پالس اکسی متری ابزار پزشکی کوچکی است که ضربان قلب و میزان اشباع اکسیژن خون را اندازه گیری می کند. این دستگاه معمولاً به انگشت دست فرد متصل می شود.

میزان طبیعی اکسیژن خون بین ۹۵ تا ۹۹ درصد است مگر اینکه فرد از قبل بیماری زمینه ای داشته باشد. در تعدادی از بیماران مبتلا به کووید ۱۹، سطح اکسیژن خون پایین آمده و موجب بروز تنگی نفس می شود. برای انجام آن به نکات زیر توجه شود:

- ۱- دفترچه راهنمای کارخانه تولید کننده پالس اکسی متر مورد نظر مطالعه شود.
- ۲- از انگشت اشاره بیمار استفاده شود. سنسور دستگاه پالس اکسی متر را باید بر روی انگشت اشاره قرار داد و مطمئن شد که کامل به آن چسبیده است. صفحه مانیتور دستگاه در بالای انگشت اشاره قرار گرفته باشد.

۳- اگر انگشتان دست بیمار را لمس کردید، دست خود را بشویید.  
شود.

۴- ناخن انگشت مربوطه را با یک تیغ تمیز و تیز کوتاه کنید.  
ندارد.

۵- دست بیمار را همسطح سطح قلب خود بگیرید و با انگشتان خود  
و در عین حال مقدار خونی که در دست بیمار وجود دارد را بررسی کنید.  
بدن قرار دارد.

۶- بعد از قرار گرفتن پالس، دست بیمار را از دست خود جدا کنید.  
اکسیژن خون را نشان می‌دهد.

۷- اگر پالس اکسی متر در دست بیمار قرار نگیرد، دست بیمار را با دست  
انگشت برداشته و دوباره پالس را بررسی کنید.

۸- دستگاه پالس اکسی متر را از دست بیمار جدا کنید.

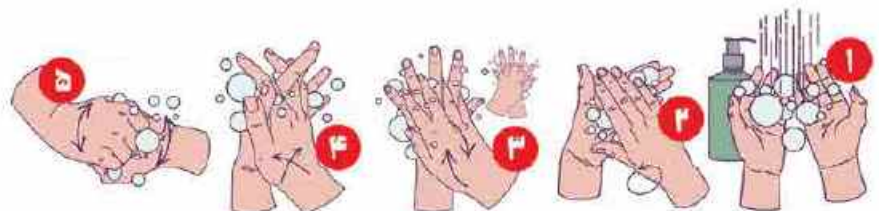
## ۱۲- برای پیگیری از ابتلا به بیماری کووید-۱۹ چه اقدامی باید انجام داد؟

### الف: حفاظت فردی

رعایت اصول حفاظت فردی در برابر ویروس کووید-۱۹ شامل موارد زیر است:  
شستشوی دستها، پرهیز از تماس نزدیک با افراد مبتلا، استفاده از ماسک  
بینی و دهان، استفاده از دستکش، رعایت فاصله فیزیکی، اجتناب از رفتن  
سرفه، رعایت فاصله فیزیکی، اجتناب از رفتن به مکان‌های شلوغ و استفاده از ماسک  
در خانه

### بهداشت دست:

♦ به دفعات تمامی قسمت های دست خصوصاً انگشت شست، کف دست و مچ دست به مدت حداقل ۲۰ ثانیه با استفاده از آب و صابون شستشو داده شود.



۵ شستن نوک انگشتان در حالی که به هم گره کرده

۴ شستن بین انگشتان از روبه رو

۳ شستن بین انگشتان از پشت دست ها

۲ شستن کف دست ها با هم

۱ خیس کردن دست ها و سپس مایونی کردن آنها



۱۰ بستن شیرآب با همان دستمال و انداختن دستمال در سطل زباله

۹ خشک کردن دست ها با دستمال

۸ شستن دور مچ هر دو دست

۷ شستن خطوط کف دست با نوک انگشتان

۶ شستن شست ها به صورت جداگانه و دقیق

♦ در صورت عدم دسترسی به آب از ژل ها و مواد ضدعفونی کننده با پایه الکل که نیاز به شستشو با آب ندارند، استفاده شود.

♦ شستشوی دست قبل و بعد از غذا خوردن، پس از لمس کردن حیوانات، پس از بیرون گذاشتن آشغال، پس از لمس سطوح داخل و خارج خانه، پس از لمس پول، قبل و بعد از حضور در اماکن عمومی نظیر سیستم حمل و نقل عمومی، سوپر مارکت ها و اماکن مذهبی، قبل، در حین و بعد از مراقبت از فرد بیمار، قبل و پس از رفتن به سرویس بهداشتی نقش موثری در جلوگیری از انتقال ویروس دارند.

انواع ماسک، موارد مصرف و منع مصرف

## روش صحیح استفاده از ماسک:

- ◆ ابتدا دست ها شسته شود.
- ◆ بررسی شود که ماسک پاره یا سوراخ نشده باشد.
- ◆ قسمت بالایی ماسک (جایی که یک قطعه فلزی یا لبه سفت دارد) با دست روی بینی سفت و ثابت شود.
- ◆ دهان و بینی را کاملا پوشانده و هیچ شکافی بین صورت و ماسک وجود نداشته باشد.
- ◆ ماسک روی صورت طوری تنظیم شود که کاملا قرینه باشد.
- ◆ ماسک با استفاده از تکنیک مناسب برداشته شود: جلوی ماسک لمس نشود و از پشت برداشته شود و بلافاصله در سطل درب دار رها شود.
- ◆ بعد از برداشتن یا هر زمان که ماسک استفاده شده ناخواسته لمس شود، دست ها با استفاده از الکل یا آب و صابون شسته یا ضدعفونی شود.
- ◆ مدت استفاده از ماسک پزشکی حداکثر ۳ ساعت می باشد.
- ◆ ماسک های یکبار مصرف بعد از هر بار مصرف و بلافاصله پس از برداشتن باید دور انداخته شود و دوباره استفاده نشود.
- ◆ به محض مرطوب شدن ماسک، با ماسک جدید جایگزین شود.
- ◆ ماسک های پارچه ای حداقل روزی یکبار با صابون یا سایر شوینده ها شستشو داده شود.

## کارهای که نباید در هنگام استفاده از ماسک های غیر پزشکی انجام داد:

- ◆ ماسک های صدمه دیده و گشاد استفاده نشود.
- ◆ هیچ وقت ماسک زیر بینی قرار نگیرد.
- ◆ ماسک را در فاصله کمتر از یک متر و نیم از فرد دیگر نباید از صورت برداشت.
- ◆ از ماسک کشیف یا مرطوب استفاده نشود.
- ◆ هیچ وقت ماسک با فرد دیگر نباید مشترک استفاده شود.
- ◆ از برداشتن ماسک حین صحبت با دیگران اجتناب گردد.

## ب: گندزدایی سطوح:

گندزدایی سطوح یکی از راه‌های اصلی پیشگیری از آلودگی است به طور مرتب انجام گردد. ۱. محلول های حاوی کلریناسان ها باید به صورت روزانه تهیه و بایستی به صورت روزانه تهیه و

۲۰ سی سی وایتکس ۵ درصد (معادل ۳ در بطری نوشابه) در یک لیتر آب (۴ لیوان آب)	ظروف، البسه، سطوح خانگی، سطوح حساس به خوردگی و سطوح رنگ شده و محل های تماس مشترک دست	سطوح محیطی با آلودگی کمتر
۵۰ سی سی وایتکس ۵ درصد (معادل ۶ در بطری نوشابه) در یک لیتر آب (۳ لیوان آب)	مکان هایی که بیمار مبتلا به کرونا در تماس با آنها می باشد مانند سرویس بهداشتی	سطوح محیطی با آلودگی زیاد

◆ هنگام ضد عفونی کردن سطوح در بیمارستان ها و مراکز درمانی حمام و سرویس بهداشتی را به دقت ضد عفونی کنند. افراد هستند، بنابراین باید تمهیدات لازم است مراقب همه سطوح در بیمارستان ها و مراکز درمانی مواد ضد عفونی کننده آن ها را به دقت سرکه و دیگر محصولات ضد عفونی کننده

۲ ترکیبات ضد عفونی با پایدارتر است به نسبت سه پیمانده الکل به نسبت سه پیمانده الکل توجه نمایید که به صورت روزانه

## ج: رعایت فاصله گذاری فیزیکی:

رعایت فاصله فیزیکی **حداقل ۱/۵ متری**

پیش گیری و کاهش شیوع بیماری

رعایت فاصله فیزیکی در اماکن عمومی

- ◆ حداقل خروج از منزل
- ◆ پرهیز حداکثری در استفاده از وسایل نقلیه عمومی
- ◆ خروج در ساعت های خلوت تر
- ◆ اولویت قراردادن مسیره های با قابلیت رعایت فاصله فیزیکی
- ◆ اولویت قراردادن استفاده از تاکسی
- ◆ استفاده از پیک برای خرید
- ◆ رعایت گندزدایی مواد بسته بندی
- ◆ الویت قراردادن پرداخت های الکترونیک
- ◆ انجام کارها در فضای مجازی و آنلاین
- ◆ ترجیح در خوردن غذا در خانه
- ◆ نرفتن به رستوران و در صورت نیاز

## اطلاعات ضروری

- ◆ تلفن ۴۰۳۰ و ۳۱۱۳ جهت پست و خدمات مشتریان می باشد.
- ◆ تلفن ۱۹۰ جهت ارائه شکایات در محیط کار و اماکن عمومی می باشد.



♦ آدرس مراکز منتخب خدمات بیماری کرونا به شرح زیر است:

شماره تلفن مرکز	نشانی مرکز	نام مرکز خدمات جامع سلامت شهری منتخب	نام شهرستان
۵۴۴۴۸۵۰۶	اردستان خیابان دکتر شریعتی	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی اردستان یک	اردستان
۳۵۵۵۸۳۰۰	خ پروین، پل سرهنگ، خ معراج، بعد از چهارراه گاز	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شهید اول	
۳۵۲۴۴۸۲۶	قلکله ی خوراسگان، لتلای خ حی غری -نوسیده به آموزش و پرورش ناحیه ۵ -پیش کوچه ۱۰۳	مرکز خدمات جامع سلامت شهری خوراسگان یک (بنکدار)	
۴۶۵۰۲۳۳۰	اژی، خ امام خمینی، خ معلم	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی شهری روستایی اژی	
۴۶۴۸۳۲۲۴	ورزنه، خ گلستان شهدا، جنب شهرداری	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شبانه روزی ورزنه	
۴۶۴۰۳۰۰۲	هرند، بلوار معلم، جنب اداره ی تربیت بدنی	مرکز خدمات جامع سلامت شهری / روستایی شبانه روزی هرند	
۴۶۶۹۱۰۰۶	کوهپایه، بلوار شهید بهشتی، خ شهید خجسته رحمت	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی شهری روستایی کوهپایه	
۳۸۸۴۲۱۵۵	برآن شمالی، روستای دستجا، خ ۲۲ بهمن، به سمت روستای کندلان	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی روستایی دستجا	
۳۴۵۰۹۷۸۱	خیابان گلستان خیابان بوعلی	مرکز خدمات جامع سلامت شهری گلستان	
۳۲۳۳۳۰۵۸	خیابان طالقانی، بعد از اداره برق، ترسیده به چهارراه سرتیب	مرکز خدمات جامع سلامت شهری معتد	
۳۴۴۲۱۷۵۱۳	ملک شهر، خیابان مفتوح، کوچه شماره ۳۰	مرکز خدمات جامع سلامت شهری امیر عرب	
۳۶۸۵۰۴۳۰	شهر بهارستان خیابان ولیعصر شمالی - چهار راه اردبیهشت	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شبانه روزی مهرید بهارستان(شماره دو)	
۴۶۵۳۲۸۲۳	چهارراه آبشار - کیلومتر ۱۱۰ جاده اصفهان به بخش جرقویه	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی شهری روستایی حسن آباد	
۳۸۶۷۴۱۰۷	چهارراه آبشار - کیلومتر ۳۰ جاده اصفهان جرقویه - شهر زیار - سر سه راه زیار	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی شهری روستایی زیار	
۳۷۸۲۲۱۰۰	اتوبان ذوب آهن انتهای خیابان قائمیه	مرکز خدمات جامع سلامت شهری دستگرد (پایگاه سلامت قائمیه)	

شماره تلفن مرکز	نشانی مرکز	نام مرکز خدمات جامع سلامت شهری منتخب	نام شهرستان
۴۵۴۷۲۸۰۰	بر خوار خورزوق- ابتدای شهرک سیمرغ- جنب اورژانس ۱۱۵	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شهرک سیمرغ	بر خوار
۵۷۵۲۲۲۲۸	بوئین و میاندشت- خیابان قدس- جنب داروخانه شبانه روزی دکتر کجایی	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی میاندشت	بوئین
۴۲۲۲۹۴۴۷	تیوان - بلوار شهید بهشتی شرقی - جنب پایگاه غیر ضمیمه تیوان	مرکز خدمات جامع سلامت شهری / روستایی تیوان	تیوان
۴۲۷۵۲۸۰۰	عسکران روبروی داروخانه دکتر دهقانی	مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی شهری روستایی شبانه روزی عسکران	تیوان
۵۷۷۲۶۱۰۰	محله مندرجان جنب شهر بازی	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی جادگان (پایگاه سلامت غیرنمونه مندرجان)	جادگان
۳۳۶۵۱۵۳۰	خمینی شهر خ نبوی منش خ شهید فهمیده کوی شهدای جوی آباد	مرکز خدمات جامع سلامت شهری جوی آباد یک	خمینی شهر
۳۴۶۳۳۷۹۶	بلوار توحید پشت اتوبوس رانی سابق	مرکز خدمات جامع سلامت شهری بوعلی (پایگاه سلامت غیر ضمیمه فروشان)	خمینی شهر
۳۳۷۶۲۰۵۷	خیابان شریعتی روبروی مسجد جامع	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شبانه روزی شماره ۵۰ درجه	خمینی شهر
۵۷۷۷۲۶۱۷	خوانساز روبروی پمپ بتزین	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی جواهری (پایگاه سلامت غیر ضمیمه آرسور)	خوانساز
	خور- میدان شهرداری	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شبانه روزی خور (بیمارستان آفتاب هشتم)	خور و بیابانک
۴۴۳۴۴۰۰۸	جندق	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شبانه روزی ثامن الحجج جندق	خور و بیابانک
۵۳۳۳۶۴۷۴	دهقان میدان امام حسین، جنب آزمايشگاه مرکزی	مرکز خدمات جامع سلامت شهید بشارت	دهقان

شماره تلفن مرکز	نشانی مرکز	نام مرکز خدمات جامع سلامت شهری منتخب	نام شهرستان
۵۳۶۶۲۰۵۲	بلوار ابن سینا جنب شبکه بهداشت و درمان	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی بهشتی	سعیرم
۵۳۵۶۰۱۱۵	بیده	مرکز خدمات جامع سلامت روستایی شبهانه روزی بیده	
۶۵۲۳۲۲۹۲	شاهین شهر - فرعی ۹ شرقی خ مغایرات	مرکز خدمات جامع سلامت شهری مغایرات	شاهین شهر
۴۵۴۲۲۲۴۴	سیسه خیابان شریعی	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی سیسه	و سیسه
۵۳۲۳۵۶۰۰	شهرضا خیابان ولیعصر شرقی بعد از فلکه ژاندارمری	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی قانصیه	شهرضا
۰۹۰۱۸۴۳۴۴۸۵	داران خیابان نواب صفوی جنب شبکه بهداشت و درمان	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شماره یک داران	فریدن
۵۷۵۹۲۰۵۷	خیابان شریعی جنب شبکه بهداشت و درمان شهرستان	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شهدا	فریدونشهر
۵۷۵۶۵۱۰۱	فریدونشهر - روستای مصیر	مرکز خدمات جامع سلامت روستایی شبهانه روزی مصیر	
۳۷۴۲۱۱۰۹	فلاورجان خیابان فردوسی چهارراه فرمانداری	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شماره دو فلاورجان	فلاورجان
۳۷۳۲۲۰۸۱	شهر بیربکران میدان شهرداری	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شبهانه روزی بیربکران	
۳۷۵۰۳۸۲۸	ورودی شهر قهدریجان ابتدای خیابان امام خمینی (ره)	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شبهانه روزی شماره دو قهدریجان	
۵۲۲۷۴۳۹۰	زرین شهر - خیابان نهشت - جنب حمام صاحب الزمان	مرکز خدمات جامع سلامت شماره دو زرین شهر (پایگاه سلامت دکتر کارونی)	لنجان
۵۲۵۰۵۱۱۵	باغبهادران - خیابان شهرداری - جنب شهرداری	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شبهانه روزی باغ بهادران	
۵۲۵۰۲۲۹۹			
۵۷۴۲۲۲۷۸	خیابان امام حسین - جنب شبکه بهداشت و درمان شهرستان	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی حاج علی عطیمی	کلیایگان

شماره تلفن مرکز	نشانی مرکز	نام مرکز جدیدان جامع سلامت شهری منتخب	نام شهرستان
۵۲۴۲۵۲۲۲	بلوار نیکبخت خیابان شهید ضیائیها	مرکز خدمات جامع سلامت شهری بسنا (پایگاه سلامت غیر ضمیمه قهنوبه)	مبارکه
۵۳۵۴۳۸۸۸	زیباشهر بلوار خولتجان - انتهای خیابان اصلی جنب مغایرات	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شبانه روزی زینا شهر	
۴۶۲۵۹۶۲۰	نقین - خیابان امام روبروی مسجد سجده ساختمان پشت مرکز خدمات جامع سلامت شهنا	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شهنا	ناتین
۴۲۶۳۶۲۳۱	خیابان شریعتی - چهار راه بازار	مرکز خدمات جامع سلامت شهری حضرت قائم (ع)	نجف آباد
۴۲۴۱۲۱۱۵	علویچه	مرکز خدمات جامع سلامت شهری شبانه روزی علویچه	
۴۳۲۷۳۱۱۴	دهق	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شبانه روزی دهق	
۵۴۲۲۲۵۲۹	میدان ۱۷ شهریور	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی امیرالمومنین نظیر	نطنز
۵۴۴۴۳۰۲۹	خیابان امام خمینی جنب هلال احمر	مرکز خدمات جامع سلامت شهری روستایی شهید شریفیان بادرود	

## منابع:



♦ راهنمای تشخیص و درمان بیماری کووید-۱۹ در سطوح ارائه خدمات سرپایی و بستری- نسخه هشتم- شهریور ۱۳۹۹- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

♦ راهنمای زندگی با کووید ۱۹ - راهنمای خودمراقبتی برای سفیران سلامت خانواده- وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

♦ بسته آموزشی کووید-۱۹- معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

♦ راهنمای نحوه مراقبت از بیماران مبتلا به کووید- ۱۹ با علائم خفیف در منزل- معاونت پرستاری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی