

3/17/2020

رهنمود ساخت محیط کار برای COVID19

انجمن محصلین طب رازی

مترجمین:

مریم ظهیر، ذکیه مرادی، الیاس نجفی، احمد نیازی



رهنمود ساخت محیط کار برای پیشگیری از COVID-19



<https://afmsu.site>

انجمن محصلین طب رازی



فهرست مطالب

3	مقدمه
4	درباره COVID-19
4	چگونه COVID-19 سرایت میکند؟
5	چگونگی شیوع COVID-19:
6	سلسله اقداماتی که کارفرماها میتوانند جهت کاهش ریسک مصابیت به SARS-CoV-2 روی دست گیرند:
6	برنامه درست و اساسی جهت مقابله با امراض ساری طرح کنید
8	آماده تطبیق معیارات ابتدایی جلوگیری از عفونت باشید
9	توسعه، تطبیق و برقرارساختن ارتباطات درست جهت حفاظت از محیط کار
10	کنترل های اداری
11	تمرینات ایمن
12	تجهیزات محافظ شخصی (PPE)
12	انواع PPE
14	طبقه بندی قرار گرفتن کارمندان در معرض خطر
14	در معرض خطر بسیار زیاد
15	در معرض خطر زیاد
17	کنترل های انجینییری
17	کنترل های اداری
17	تجهیزات محافظ شخصی (Personal Protective Equipment)
18	کنترل های انجینییری
18	کنترل های اداری
19	تجهیزات محافظ شخصی (PPE)
20	کنترل های اداری
20	تمرینات ایمن
21	تجهیزات محافظ شخصی (PPE)



مقدمه

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) یک بیماری تنفسی است که در اثر ویروس

SARS-CoV-2 ایجاد می شود. این بیماری از چین به بسیاری از کشورهای دیگر جهان از جمله افغانستان گسترش یافته است. بسته به شدت تأثیرات بین المللی COVID-19، شرایط شیوع - از جمله مواردی که به سطح همه گیر بالا می روند - می تواند بر تمام جنبه های زندگی روزمره از جمله سفر، تجارت، گردشگری، تهیه مواد غذایی و بازارهای مالی تأثیر بگذارد.

برای کاهش تأثیر شرایط شیوع COVID-19 بر کارفرمایان، کارمندان، مشتریان و عموم مردم، مهم است که هم کارفرمایان و هم کارکنان برای COVID-19 برنامه ریزی کنند. برای کارفرمایانی که قبلاً برای همه گیری آنفلوانزا برنامه ریزی کرده اند، برنامه ریزی برای COVID-19 ممکن است شامل اطلاع رسانی برنامه ها برای مقابله با خطرات خاص در معرض قرار گرفتن از جمله در معرض منابع قرار گرفتن، در معرض مسیرهای انتقال و سایر ویژگیهای منحصر به فرد قرار گرفتن باشد. SARS-CoV-2 (مثلاً در مقایسه با همه گیر شدن ویروس آنفلوانزا). کارفرمایانی که خود را برای وقایع همه گیر آماده نکرده اند، باید خود و کارمندان خود را تا حد ممکن آماده کنند تا شرایط شیوع بالقوه را بدتر نکنند. فقدان برنامه ریزی پیوستگی می تواند منجر به بروز آشنایی از ناکامی شود. انجمن محصلین طب رازی این راهنمایی برنامه ریزی COVID-19 را بر اساس پیشگیری از عفونت سنتی و شیوه های بهداشت صنعتی تهیه کرده است. این امر نیازمند برنامه ریزی، تطبیق و همچنان مدیریت درست از تجهیزات و راهکارهای امور محافظتی از سوی کارفرمایان میباشد. همچنان ملاحظات این رهنمود بر همین کار متمرکز است. این رهنمود برای اهداف برنامه ریزی در نظر گرفته شده است. کارفرمایان و کارمندان باید از این رهنمود جهت برنامه ریزی برای شناسایی سطح ریسک در محیط کار و تعیین هرگونه کنترل مناسب استفاده کنند. راهنمایی های بیشتر ممکن است به عنوان تغییر شرایط شیوع COVID-19، از جمله اطلاعات جدید در مورد ویروس، انتقال آن و اثرات آن، بعداً در دسترس عموم قرار گیرد. این رهنمود از



نظر ماهیتی مشاوره و از نظر محتوایی اطلاع رسانی است. این یک استاندارد یا آیین نامه نیست، و نه تعهدات قانونی جدید ایجاد می کند و نه تعهدات موجود ایجاد شده توسط استانداردهای کشور یا قانون موجود را تغییر نمی دهد. طبق قوانین کارفرمایان باید مطابق با استانداردهای ایمنی و بهداشت و مقررات صادر شده یا اجرا شده یا تحت چوکات یک برنامه دولتی باشند.

درباره COVID-19

COVID-19 عفونتیست که ویروس بوجود آورنده آن SARS-CoV-2 نامیده میشود، می تواند باعث بیماری شود که تاثیر آن از خفیف تا شدید و در بعضی موارد میتواند کشنده باشد. علائم معمول آن شامل تب ، سرفه و نفس تنگی است. برخی از افراد آلوده به ویروس گزارش کرده اند که علائم غیر تنفسی دیگری را تجربه کرده اند. افراد دیگری که به عنوان موارد بدون علامت شناخته می شوند، به هیچ وجه علائمی را تجربه نکرده اند. طبق گزارش CDC ، علائم COVID-19 ممکن است در حداقل 2 روز یا تا 14 روز ظاهر شود.

چگونه COVID-19 سرایت میکند؟

اگرچه اولین موارد انسانی COVID-19 به احتمال زیاد ناشی از قرار گرفتن در معرض حیوانات آلوده بوده، اما افراد آلوده می توانند SARS-CoV-2 را به افراد دیگر منتقل کنند. کارفرمایان در معرض خطر متوسط شامل کتگوری اند که در تماس مکرر و / یا نزدیک (یعنی در حدود 6 فوت) به افراد دیگر که ممکن است به SARS-CoV-2 آلوده باشند. تصور می شود که ویروس عمدتاً از طریق فرد مصاب به فرد سالم انتشار می یابد، از جمله: بین افرادی که با یکدیگر در تماس نزدیک هستند (در حدود یک متر). از طریق قطرات تنفسی که فرد آلوده سرفه می کند یا عطسه می کند. این قطرات می توانند در دهان یا بینی افرادی که در همان نزدیکی



هستند یا احتمالاً در ریه ها استنشاق می شوند فرود روند. ممکن است فرد با لمس کردن سطح یا شیء که ملوث به SARS-CoV-2 است و سپس لمس کردن دهان، بینی یا احتمالاً چشمان خود، COVID-19 را دریافت کند. نحوه انتشار ویروس تصور می شود طوریست که افراد وقتی بیشترین علامت را دارند (به عنوان مثال تب، سرفه و / یا تنگی نفس) بیش از همه شکل ناقل را به خود میگیرند. حتی ممکن است قبل از اینکه علائم نزد فرد مصاب تظاهر کند، وی یک ناقل باشد.

تعداد زیادی واقعات به شکل انتقال بدون علامت از فرد مصاب با coronavirus جدید به ثبت رسیده است، اما همچنین به نظر نمی رسد این اصلی ترین شیوه انتشار ویروس باشد. اگرچه کشور عزیز ما تا حدودی اقدامات بهداشت عمومی را برای محدود کردن شیوع ویروس اعمال کرده است، اما هنوز انتقال شخص به شخص همچنان ادامه خواهد داشت. وب سایت انجمن محصلین طب رازی (www.afmsu.site) آخرین اطلاعات در مورد انتقال COVID-19 را ارائه می دهد.

چگونگی شیوع COVID-19:

این ویروس می تواند در مکانهای کاری تأثیر بگذارد دقیقاً مشابه ویروس های آنفلوانزا، SARS-CoV-2، ویروسی که باعث COVID-19 می شود، می تواند باعث شیوع گسترده شود. در شرایطی که هر لحظه انتقال فرد به فرد گسترش می یابد، ولایات مختلف افغانستان و همچنان سایر کشورها ممکن است همزمان اثراتی را ببینند. در صورت عدم وجود واکسین، شیوع آن نیز ممکن است یک رویداد طولانی باشد. در نتیجه، مکانهای کاری ممکن است چالشهای زیادی را تجربه کنند. از جمله مرخصی کارمندان به دلیل اینکه بیمار هستند، کارمندان ممکن است غایب باشند بدلیل مراقبت از اعضای بیمار خانواده. افراد در معرض خطر را در خانه داشته باشید، مانند اعضای خانواده ایمن و سازگار؛ به دلیل ترس از قرار گرفتن در معرض از آمدن به سرکار خودداری میکنند. تغییر در الگوهای تجارت: تقاضای مصرف کننده برای موارد مربوط به پیشگیری از عفونت (به



عنوان مثال، دستگاه تنفس) به احتمال زیاد افزایش می یابد، در حالی که ممکن است علاقه مشتری به اجناس دیگر رو به کاهش باشد. مصرف کنندگان همچنین ممکن است به دلیل شیوع COVID-19 الگوهای خرید را تغییر دهند. مصرف کنندگان ممکن است برای کاهش تماس با افراد دیگر، علاقه خود را نسبت به خدمات تحویل خانه نشان دهند و یا سایر گزینه ها، در ساعات خارج از اوج خرید کنند. محموله موارد از مناطق جغرافیایی که به شدت تحت تأثیر COVID-19 قرار دارند ممکن است با یا بدون اطلاع قبلی تأخیر یا لغو شود.

سلسله اقداماتی که کارفرماها میتوانند جهت کاهش ریسک مصابیت به SARS-CoV-2

روی دست گیرند:

این بخش به توضیح اقدامات ابتدایی میپردازد که هر کارفرما میتواند جهت کاهش ریسک قرار گرفتن در معرض SARS-CoV-2، ویروسی که باعث COVID-19 میگردد، در محیط کاری خود پیاده کند. در بخش های بعدی این رهنمود به توصیه های مشخصی با در نظر داشتن کتگوری مشخصی از شغل های با میزان ریسک کم، متوسط و زیاد پرداخته شده است.

برنامه درست و اساسی جهت مقابله با امراض ساری طرح کنید

اگر از قبل برنامه دقیق و اساسی جهت مقابله با امراض ساری ندارید، شروع به طراحی برنامه درست و اساسی جهت مقابله با امراض ساری کنید که راهکارهای محافظتی مناسبی در مقابل COVID-19 در آن گنجانیده شده باشد.



متوجه توصیه های ارگانهای مرتبط با صحت عامه ولایت/کشور خود بوده و بدانید که از این توصیه ها چگونه و در کجا باید استفاده کنید.

راهکارها باید نظر به سطح ریسک موجود در نقطه کاری و کارمندان انتخاب شوند. این ملاحظات شامل:

- کارکنان به کجا، چگونه و از کدام منابع SARS-CoV-2 در معرض خطر قرار دارند.
 - عموم مردم، مشتریان و همکاران
 - افراد بیمار و یا آنهای که بصورت مشخص در مشکوک به بیماری اند (مثلاً افرادی که از سفرهای خارج کشوری (در نقاطی که شیوع COVID-19 در آن زیاد است) برگشته اند.
- ریسک فکتورهای غیرشغلی در خانه و یا در جامعه
- ریسک فکتورهای مشخص کارکنان (مثلاً سن بالا؛ موجودیت امراض مزمن، به شمول ضعیف بودن سیستم ایمنی بدن و حاملگی).
- کنترل های لازم برای مقابله با آن خطرات.

با در نظر داشت توصیه های ارگانهای مرتبط با صحت عامه ولایت/کشور خود راهکارهای را طرح کنید تا در زمان شیوع بیماری کارآمد باشند بطور مثال:

- کاهش تعداد کارکنان (رخصتی دادن).
- نیاز به ایجاد فاصله بین افراد، تغییر کارهای متناوب، کاهش ساعات کاری، ارائه خدمات از راه دور و سایر اقداماتی که باعث کاهش ریسک خطر میشود.
- گزینه های برای انجام کار با نیروی کاری کمتر.
- انتقالات را با فاصله زمانی انجام دهید.



علاوه بر نکات فوق، راهکار در نظر گرفته شده باید شامل اقدامات دیگری که باعث کاهش ریسک مصابیت با SARS-CoV-2 در محیط کاری شان می‌گردد، باشد که به صورت مفصل در ادامه در موردشان بحث می‌گردد.

آماده تطبیق معیارات ابتدایی جلوگیری از عفونت باشید

قدم اول در محافظت از کارکنان برای کارفرمایان تأکید بر تطبیق معیاران ابتدایی جلوگیری از عفونت (Infection Prevention) میباشد. بصورت مناسب، تمام کارفرمایان باید حفظه الصحه را رعایت و برنامه کنترل عفونت را تطبیق کنند که شامل:

- کارکنان، مشتریان، بازدیدکننده گان را به شستن مکرر دست هایشان تشویق کنند. در صورتیکه آب و صابون در دسترس نیست لازم است تا ماده ضدعفونی کننده (Hand rubs) که حداقل 60٪ الکل داشته باشد را فراهم شود.
- تشویق کارکنان به ماندن در خانه در صورتیکه بیمار اند.
- تشویق به پوشاندن جلو دهان و بینی در زمان سرفه و عطسه.
- فراهم ساختن دستمال کاغذی و زباله دانی برای مشتریان.
- کارفرمایان باید بررسی کنند که آیا میتوانند خط مشی را تأسیس و پیاده کننده که بتواند مفید باشد مانند ایجاد سایتهای کاری انعطاف پذیر (به عنوان مثال ارتباط تلفنی) و ساعات کاری انعطاف پذیر (به عنوان مثال، شیفت بندی و تقسیم ساعات کاری)، ایجاد فاصله بین کارکنان و همچنان فاصله میان کارکنان و مشتریان در صورتیکه اداره صحت مربوطه شان خواسته باشد.



- کارفرمایان تا حد امکان باید کارکنان را از استفاده از تلفن ها و میزها، دفترها و وسایل دیگر کارکنان منع کنند.
- محیط کاری، دفتر، زمین و دیگر وسایل باید مکرراً و برحسب روتین تعقیم و ضدعفونی شوند.

توسعه، تطبیق و برقرارساختن ارتباطات درست جهت حفاظت از محیط کار

- به صورت جدی کارمندان بیمار را ترغیب کنید تا در خانه بمانند.
- اطمینان حاصل کنید که سیاست های اخذ مرخصی بیمار تا حد کافی انعطاف پذیر بوده و سازگار با رهنمایی های صحت عامه ولایت/کشورتان باشد و همان کارمندان تان از آن آگاهی داشته باشند.
- با شرکای تان جهت فراهم ساختن کارمندان موقتی صحبت کنید و برایشان اهمیت در خانه ماندن کارمندان بیمارتان را توضیح دهید.
- از فرد مصاب به بیماری های تنفسی تقاضای تهیه اسناد بیماری اش را ننمائید چرا که امکان دارد ارائه دهنده گان خدمات صحی بدلیل مصروفیت زیاد نتوانند سندی از بیماری کارمندتان برایش ارائه دهند.
- خط مشی انعطاف پذیر را برای کارمندان تان جهت اخذ رخصتی بدلیل مراقبت از عضو خانواده بیمار خود تهیه کنید. کارفرمایان باید آگاه باشند که در چنین شرایطی منطقی است که کارمندان زیادتری به مرخصی نیاز خواهند داشت و این موضوع را بپذیرند.
- کارمندانی که در فامیل شان فرد مریض موجود هست باید در خانه بمانند جهت معلومات بیشتر در این باره میتوانید به وبسایت انجمن محصلین طب رازی (صفحه مربوط به COVID19) را دریابید.
- متوجه نیازمندی های کارمندتان در جریان مرخصی اش باشید.



- فراهم ساختن تسهیلات کافی و قابل استفاده و همچنان آموزش و معلومات کافی. درباره کارهای ضروری وظیفه کارمندان به آنان معلومات دقیق داده و از ایشان تقاضا کنید تا کارهایشان را اولویت بندی کرده و انجام دهند.
- با شرکتهای بیمه در ارتباط باشید (مثلاً شرکت های که کار بیمه صحت را انجام میدهند).

کنترل های اداری

کنترل های اداری نیاز به اقدام توسط کارفرما یا کارمند دارد. به طور معمول، کنترل های اداری تغییراتی در سیاست کار یا برخورد ها برای کاهش یا به حداقل رساندن میزان قرار گرفتن در معرض خطر است. نمونه هایی از کنترل های اداری برای SARS-CoV-2 عبارتند از:

- تشویق کارمندان بیمار برای ماندن در خانه.
- به حداقل رساندن تماس بین کارمندان ، مشتری ها و مشتریان با جایگزینی جلسات چهره به چهره با ارتباطات مجازی و اجرای کار از راه دور در صورت امکان.
- ایجاد روزهای متناوب یا تغییرات اضافی که کاهش می یابد تعداد کل کارمندان در یک مرکز در یک زمان معین ، به آنها امکان می دهد ضمن حفظ یک هفته کاری کامل در محل ، فاصله خود را از یکدیگر حفظ کنند.
- قطع سفر غیر ضروری به مکانهایی که شیوع COVID-19 در حال انجام است. مرتباً سطح هشدار سفر CDC را در: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers بررسی کنید.
- تدوین برنامه های ارتباطات اضطراری ، از جمله تالار پاسخگویی به دغدغه های کارمندان و ارتباطات مبتنی بر اینترنت ، در صورت امکان.



- فراهم کردن آموزش و آموزش به روز در مورد کارکنان در مورد عوامل خطر COVID-19 و رفتارهای محافظتی (به عنوان مثال ، قوانین سرفه و مراقبت از PPE).
- آموزش کارمندی که باید از لباسهای محافظ استفاده کنند
- و تجهیزات نحوه استفاده ، استفاده / پوشیدن آن و استفاده از تجهیزات
- این درست است ، از جمله در زمینه وظایف فعلی و احتمالی آنها. مواد آموزشی باید به آسانی قابل فهم و در سطح زبان و سواد مناسب برای همه کارمندان باشد.

تمرینات ایمن

طریقه های کار ایمن انواع کنترل های اداری است که شامل روش هایی برای کار ایمن و مناسب است که برای کاهش مدت زمان، فرکانس یا شدت قرار گرفتن در معرض خطر مورد استفاده قرار می گیرد. نمونه هایی از طریقه های کار ایمن برای SARS-CoV-2 عبارتند از:

- تأمین منابع و یک محیط کار که موجب ارتقاء بهداشت شخصی می شود. به عنوان مثال، بافت، سطل زباله بدون لمس، صابون دست، دستمال حاوی الکل حاوی حداقل 60 درصد الکل، ضد عفونی کننده و حوله یکبار مصرف را برای کارمندان برای تمیز کردن سطوح کار خود فراهم کنید.
- نیاز به شستن منظم دست یا استفاده از مالش دست بر پایه الکل. کارمندان همیشه هنگام پاک شدن پوست و پس از برداشتن هر نوع PPE، باید دستها را بشویند.
- علائم شستشوی دست را در دستشویی ها قرار دهید.



تجهیزات محافظ شخصی (PPE)

در حالی که کنترل های مهندسی و اداری در به حداقل رساندن قرار گرفتن در معرض SARS-CoV-2 مؤثرتر هستند، ممکن است برای جلوگیری از قرار گرفتن در معرض خاص، PPE نیز لازم باشد. در حالی که استفاده صحیح از PPE می تواند به جلوگیری از مواجهه با برخی از موارد کمک کند، اما نباید جای دیگر راهکارهای پیشگیری را گرفت.

نمونه هایی از PPE عبارتند از: دستکش، عینک، سپر چهره، ماسک چهره و محافظت از تنفس، در صورت لزوم. در حین شیوع یک بیماری عفونی، مانند COVID-19، توصیه های مربوط به مشخصات PPE برای مشاغل یا وظایف شغلی بسته به موقعیت جغرافیایی ممکن است تغییر کنند. رزیابی ریسک برای کارمندان، و اطلاعات در مورد اثربخشی PPE در جلوگیری از شیوع COVID-19. کارفرمایان باید وب سایت های www.afmsu.site (انجمن محصلین طب رازی) و CDC را به طور مرتب برای به روزرسانی در مورد PPE توصیه شده بررسی کنند.

انواع PPE

- براساس خطری که برای کارگر ایجاد می شود ، انتخاب می شود
- به طور مناسب و بطور مرتب برش خورده و مرتباً مثلاً (مثلاً دستگاه تنفس) استفاده مجدد شود.
- در صورت لزوم به طور مداوم و مناسب پوشیده شود.
- مرتباً بازرسی، نگهداری و جایگزینی، در صورت لزوم، از بین بردن، تمیز کردن، نگهداری و یا دفع آن ها برای جلوگیری از آلودگی خود، دیگران یا محیط زیست، جلوگیری کنید.



- کارفرمایان موظف اند PPE مورد نیاز خود را برای تأمین امنیت در حین انجام کارشان در اختیار کارمندان خود قرار دهند. انواع PPE مورد نیاز در هنگام شیوع COVID-19 بستگی به خطر ابتلا به SARS-CoV-2 در حین کار و کارهایی دارد که ممکن است منجر به مواجهه شود.
- کارمندان، از جمله کسانی که در زیر 6 پا از بیماران کار می کنند و یا به آنها مظنون هستند که به SARS-CoV-2 آلوده شده اند و افرادی که روش تولید آئروسول تولید می کنند، نیاز به استفاده از دستگاہ تنفس دارند:
- انستیتوی ملی ایمنی شغلی و صحت (NIOSH) - مصالح تنفسی بهتر شده، N95 یا بهتر است در زمینه یک برنامه جامع و محافظت از تنفس کتبی که شامل تست t، آموزش و معاینات پزشکی باشد، استفاده شود.
- هنگامی که یکبار مصرف دستگاہ تنفس NF یکبار مصرف N95 باشد
- در مورد هر نوع کار یا کارهایی که احتمالاً باعث ایجاد ذرات معلق در هوا می شوند، از PAPER یا SAR که محافظت بیشتری نسبت به فیلتر کردن دستگاہ های تنفسی چهره دارند (به عنوان مثال، روش های القایی سرفه، برخی از روش های دندانپزشکی، جمع آوری نمونه های تهاجمی، منفجر کردن پیپت ها، لرزاندن لوله ها یا گرداب، لرزش سرنگ (سانتریفیوژ) در نظر بگیرید.
- در صورت نیاز به حفاظت از دستگاہ تنفسی و همچنین مقاومت در برابر خون و ادرار بدن، از دستگاہ تنفسی N95 استفاده کنید.
- همچنین ممکن است محافظ چهره در بالای دستگاہ تنفس پوشیده شود تا از آلودگی شدید دستگاہ تنفس جلوگیری شود. برخی از طرح های تنفسی با برآمدگی های جلو (اردک
- سبک) ممکن است متفاوت باشد به درستی پوشیدن در زیر سپر چهره. اطمینان حاصل کنید که سپر چهره مانع از جریان هوا از طریق دستگاہ تنفس نمی شود.



• شکل مناسب دستگاه تنفس به نوع قرار گرفتن در معرض و الگوی انتقال COVID-19 بستگی دارد.

به "منطق انتخاب دستگاه تنفس" NIOSH مراجعه کنید به:

www.cdc.gov/niosh/docs/2005-100/default.html یا OSHA "حفاظت تنفسی eTool"

در www.osha.gov/SLTC/etools/respiratory.

طبقه بندی قرار گرفتن کارمندان در معرض خطر

چهار سطح در معرض خطر: ریسک بسیار زیاد، زیاد، متوسط و پایین. هرم خطر شغلی چهار

سطح خطر قرار گرفتن در معرض را در شکل هرم نشان می دهد تا توزیع احتمالی خطر را نشان دهد. بیشتر

کارمندان افغانی احتمالاً در معرض خطر قرار گرفتن در معرض پایین (احتیاط) یا سطح خطر متوسط قرار

گرفتن در معرض قرار می گیرند.

در معرض خطر بسیار زیاد

مشاغل در معرض خطر بسیار زیاد کسانی هستند که پتانسیل بالایی برای قرار گرفتن در معرض منابع

شناخته شده یا مشکوک COVID-19 در طی مراحل خاص طبی، بعد از مرگ یا در جریان لابراتوار دارند.

کارمندان این گروه شامل می شوند:

• کارکنان بهداشت و درمان (به عنوان مثال، داکتران، پرستاران، دندانپزشکان، پیراپزشکان، تکنشین

های فوریت های طبی) که پروسه های تولید ذرات معلق در هوا را انجام می دهند (مثلاً لوله گذاری،

روش های القاء سرفه، برونکوسکوپی ها، برخی روش ها و امتحانات دندانپزشکی یا مجموعه نمونه های

تهاجمی) روی شناخته شده یا مشکوک به بیماری کوئید 19 هستند.



- پرسنل صحت و درمان یا لابراتوار نمونه هایی از بیماران شناخته شده یا مشکوک COVID-19 را جمع آوری یا اداره می کنند (به عنوان مثال ، دستکاری کلچر ها در بیماران شناخته شده یا مشکوک COVID-19).
- کارمندان مرده خانه که کالبد شکافی را انجام می دهند ، که عموماً شامل روش های تولید ذرات معلق در هوا هستند ، روی اجساد افرادی که به علت داشتن COVID-19 یا در هنگام مرگ آنها مشکوک به داشتن آن هستند.

در معرض خطر زیاد

- مشاغل در معرض خطر زیاد کسانی هستند که پتانسیل بالایی برای قرار گرفتن در معرض منابع شناخته شده یا مشکوک COVID-19 دارند. کارمندان این گروه شامل می شوند.
- پرسنل خدمات درمانی و پشتیبانی (به عنوان مثال ، داکتران ، پرستاران و سایر کارکنان شفاخانه که باید وارد اتاق بیماران شوند) در معرض بیماران شناخته شده یا مشکوک COVID-19 قرار دارند. (توجه: وقتی چنین کارمندان روشهای تولید ذرات معلق در هوا را انجام می دهند ، میزان خطر مواجهه آنها بسیار بالا می رود).
 - کارمندان حمل و نقل طبی (به عنوان مثال ، راننده های وسایل نقلیه آمبولانس) بیماران COVID-19 شناخته شده یا مشکوک را در وسایل نقلیه محصور در حال حرکت هستند.
 - کارمندان مرده شور خانه (مثلاً دفن یا مرده سوزانی) اجساد افرادی هستند که به دلیل داشتن یا مشکوک به داشتن COVID-19 در هنگام مرگ هستند

خطر مواجهه متوسط



مشاغل در معرض خطر در معرض متوسط شامل مواردی است که نیاز به تماس مکرر یا نزدیک با (یعنی در عرض 6 فوت) افرادی که ممکن است به SARS-CoV-2 آلوده باشند، اما در بیماری COVID-19 در آنان شناخته نشده یا مظنون نیستند. در مناطق بدون انتقال مداوم جامعه، کارمندان این گروه خطر ممکن است تماس مکرر با مسافرانی داشته باشند که ممکن است از مکانهای بین المللی با انتقال COVID-19 بازگردند. در مناطقی که انتقال جامعه در حال انجام است، کارمندان این گروه ممکن است با عموم مردم ارتباط برقرار کنند (به عنوان مثال، در مدارس، محیط های کاری با تراکم بالا و برخی از تنظیمات خرده فروشی با حجم بالا).

خطر کمتر در معرض خطر (احتیاط)

مشاغل در معرض خطر (احتیاط) پایین تر مواردی هستند که نیازی به تماس با افراد شناخته شده یا مشکوک بودن آنها به SARS-CoV-2 و همچنین تماس نزدیک مکرر با (یعنی در عرض 6 پا) در معرض دید عموم مردم ندارند. کارمندان در این گروه حداقل ارتباط شغلی با مردم و سایر همکاران دارند.

طبقه بندی مشاغل با خطر کمتر در معرض خطر (احتیاط): برای محافظت از کارمندان چه باید کرد؟

برای کارمندانی که تماس مکرر با عموم مردم ندارند، کارفرمایان باید دستورالعمل "مراحلی را که همه کارفرمایان می توانند برای کاهش خطر مواجهه کارمندان با SARS-CoV-2 استفاده کنند"



کنترل های انجینیری

کنترل های انجینیری اضافی برای کارمندان گروه خطر در معرض خطر کمتر توصیه نمی شود. کارفرمایان باید اطمینان حاصل کنند که کنترل های انجینیری ، در صورت وجود ، برای محافظت از کارمندان از سایر خطرات شغلی ، همانطور که در نظر گرفته شده است ، ادامه می دهند.

کنترل های اداری

- نظارت بر ارتباطات بهداشت عمومی در مورد توصیه های COVID-19 و اطمینان از دسترسی کارمندان به آن اطلاعات.
- برای تعیین وسایل مؤثر در برقراری اطلاعات مهم COVID-19 با کارمندان همکاری کنید.

تجهیزات محافظ شخصی (Personal Protective Equipment)

PPE اضافی برای کارمندان گروه خطر در معرض خطر کمتر توصیه نمی شود. در صورت وجود ، کارمندان باید از PPE که معمولاً برای سایر کارهای شغلی استفاده می کنند ، استفاده کنند.

طبقه بندی مشاغل در معرض خطر در معرض متوسط: برای محافظت از کارمندان چه باید کرد:

در مکانهای کاری که کارمندان در معرض خطر قرار گرفتن در معرض متوسط هستند ، کارفرمایان باید دستورالعمل "مراحلی را که همه کارفرمایان می توانند برای کاهش خطر مواجهه کارمندان با SARS-CoV-2 استفاده کنند .



کنترل های انجینیری

موانع جسمی، مانند پاک نمودن کلاه پوش های پلاستیکی، که امکان پذیر است نصب کنید.

کنترل های اداری

- در نظر بگیرید ماسک صورت را به کارمندان بیمار و مشتریان بدهید شاید ترشحات ساری تنفسی داشته باشند تا زمانی که قادر به ترک محل کار باشند (یعنی برای ارزیابی طبی / مراقبت طبی یا بازگشت به خانه). در صورت کمبود ماسک ، یک محافظ قابل استفاده مجدد از چهره که قابل ضد عفونی است ممکن است یک روش قابل قبول برای محافظت در برابر انتقال قطرات باشد.
- مشتریان را از علائم COVID-۱۹ آگاه نگه دارید و از مشتریان بیمار بخواهید تا تماس با کارمندان را به حداقل برسانند تا وقتی که دوباره سالم شدند ، از جمله با ارسال علائمی در مورد COVID-۱۹ در فروشگاه هایی که مشتریان بیمار ممکن است به آنها مراجعه کنند (به عنوان مثال داروخانه ها) یا اطلاعات COVID-۱۹ را در پیام های خودکار ارسال شده در هنگام آماده سازی نسخه ها برای برداشتن.
- در صورت لزوم ، دسترسی مشتریان و عموم مردم به محل کار را محدود کنید ، یا دسترسی به مناطق خاص کار را محدود کنید.
- استراتژی هایی را برای به حداقل رساندن تماس چهره به چهره در نظر بگیرید (به عنوان مثال ، ارتباط اینترنتی ، ارتباطات مبتنی بر تلفن ، کار از راه دور)
- در دسترس بودن غربالگری پزشکی یا منابع بهداشتی دیگر کارمندان (به عنوان مثال ، پرستار در محل ، خدمات از راه دور).



تجهیزات محافظ شخصی (PPE)

هنگام انتخاب PPE، عواملی مانند عملکرد، تناسب، توانایی ضد عفونی، دفع و هزینه را در نظر بگیرید. بعضی اوقات، هنگامی که PPE مجبور به استفاده مکرر برای مدت طولانی است، ممکن است یک نوع گرانتر و با دوام تر از PPE نسبت به PPE یکبار مصرف ارزان تر باشد. هر کارفرما باید ترکیبی از PPE را انتخاب کند که از کارمندان خاص در محل کار خود محافظت می کند. کارمندان با خطر مواجهه متوسط ممکن است نیاز به پوشیدن ترکیبی از دستکش، لباس راحتی، ماسک صورت و / یا محافظ صورت یا عینک داشته باشند. گروه های PPE برای کارمندان در رده خطر متوسط قرار گرفتن در معرض کار، نتایج ارزیابی خطر کارفرما و انواع مواجهه کارمندان با شغل متفاوت خواهد بود.

مشاغل طبقه بندی شده در معرض خطر زیاد یا بسیار زیاد: چه کاری باید برای محافظت از کارمندان انجام داد در مکانهای کاری که کارمندان در معرض خطر در معرض خطر زیاد یا بسیار زیاد قرار دارند ، کارفرمایان باید از "مراحلی که همه کارفرمایان می توانند برای کاهش خطر مواجهه کارمندان با SARS-CoV-2 استفاده کنند" پیروی کنند

کنترل های انجینیری

- اطمینان حاصل کنید که سیستم های کنترل مناسب هوا در مراکز درمانی نصب و نگهداری می شوند.
- CDC توصیه می کند که بیماران مبتلا به COVID-19 شناخته شده یا مظنون (یعنی شخصی که تحت بررسی است) در صورت موجود بودن در یک اتاق جداسازی عفونت هوایی (AIIR) قرار بگیرند.
- در صورت وجود روشهای تولید ذرات معلق در هوا در بیماران دارای COVID-19 شناخته شده یا مشکوک از اتاقهای جداسازی استفاده کنید. برای فعالیت های بعد از مرگ، هنگام انجام مراحل کالبد شکافی بر روی اجساد افرادی که به علت شناخته شدن داشتن COVID-19 یا در هنگام مرگشان



مشکوک به داشتن آن هستند، از مجموعه های کالبد شکافی یا دیگر امکانات جداولی مشابه استفاده کنید.

- از اقدامات احتیاطی ویژه مرتبط با Biosafety Level ۳ هنگام استفاده از نمونه های بیماران شناخته شده یا مشکوک COVID-۱۹ استفاده کنید.

کنترل های اداری

- اگر در یک مرکز مراقبت های بهداشتی کار می کنید، برای شناسایی و منزوی کردن افراد آلوده و برای محافظت از کارمندان، دستورالعمل های موجود و استانداردهای عملی را دنبال کنید.
- تدوین و اجرای سیاست هایی که میزان مواجهه را کاهش می دهد ، مانند گروه بندی (به عنوان مثال ، گروه بندی) بیماران COVID-۱۹ در صورت عدم دسترسی اتاق های مجرد.
 - علائم مربوطه را ارسال کنید و از بیماران و اعضای خانواده بخواهید که هنگام ورود به مرکز درمانی ، علائم بیماری تنفسی را فوراً گزارش دهند و از ماسک های یکبار مصرف استفاده کنند.
 - در نظر بگیرید ارائه نظارت طبی پیشرفته بر کارمندان در هنگام شیوع COVID-۱۹ را در نظر بگیرید.
 - آموزش و تحصیلات ویژه شغلی را در مورد جلوگیری از انتقال COVID-۱۹ ، از جمله آموزش های اولیه و روتین / آپدیت ارائه دهید.
 - اطمینان حاصل کنید که پشتیبانی روانی و رفتاری برای مقابله با استرس کارکنان در دسترس است.

تمرینات ایمن

پاسخگویان اضطراری و سایر پرسنل ضروری را که ممکن است در هنگام کار به دور از تجهیزات ثابت در معرض مالش دست های مستقر در الکل باشند ، حداقل الکل 60٪ برای آلودگی در این زمینه قرار دهید.



تجهیزات محافظ شخصی (PPE)

اکثر کارمندان در معرض خطر زیاد یا بسیار زیاد در معرض خطر قرار دارند، نیاز به پوشیدن چپن، دستکش، محافظ صورت یا عینک، و یا ماسک صورت یا دستگاه تنفس دارند، بستگی به وظایف شغلی و خطرات قرار گرفتن در معرض بیماری.

کسانی که از نزدیک با بیمار (یا در تماس با آنها و یا در فاصله 6 فوتی) همکاری دارند، یا به احتمال زیاد مشکوک به عفونت SARS-CoV-2 هستند، ویروسی که باعث COVID-19 می شود، باید دستگاههای تنفسی استفاده کنند.

گروههای PPE ممکن است متفاوت باشند، به ویژه برای کارمندان آزمایشگاهها یا مراکز مرده شورخانه/محل مرده سوزی که ممکن است نیاز به محافظت بیشتری در برابر خون، مایعات بدن، مواد شیمیایی و سایر موادی که ممکن است در معرض آن قرار گیرند باشد. PPE اضافی ممکن است شامل لباس های طبی / جراحی ، لباسهای مقاوم در برابر مایعات ، پیش بندها یا سایر لباسهای محافظ یکبار مصرف یا قابل استفاده مجدد باشد. لباس باید به اندازه کافی بزرگ باشد تا مناطقی که نیاز به حفاظت دارند را پوشش دهد.