

جهدك تحدث فرقا...
سويا نحقق نظافة أفضل



جرى إعداد هذه الإرشادات في شهر سبتمبر ٢٠١٦ من
قبل مستشارة النظافة جوان أنيتا كلاوسين

بلدية سونابورج
Sønderborg Kommune
Erhverv, Beskæftigelse og Sundhed
Holger Drachmanns Plads 5 (Borgen)
6400 Sønderborg

مستشارة النظافة جوان أنيتا كلاوسين
Hygiejnekonsulent Joan Anita Clausen
joacl@sonderborg.dk
Tlf. 27 79 51 95
www.sonderborgkommune.dk



www.sonderborgkommune.dk/gode-raad-om-hygiejne

إلى أفراد المنزل - لحين إزالة البكتيريا

نظافة اليدين

- القيام بغسل و/أو تعقيم اليدين قبل مغادرة المنزل.
- يجب العناية بنظافة اليدين بشكل جيد، وإحضار معقم اليدين في الرحلات خارج المنزل.
- يجب غسل اليدين قبل تعقيمهما في حال لمس إفرازات الجرح.
- احرص على تغطية الجرح بضمادة.

الاستحمام

- قم بالاستحمام يوميا (دون استخدام الحوض)، ويجب على جميع أفراد المنزل أن يستخدموا المناشف وليف الاستحمام الخاصة بهم

الملايس وأغطية السرير

- ينبغي، أثناء مدة العلاج (لمدة ٥ أيام) القيام بتغيير أغطية السرير مرتين أسبوعيا، اليوم الـ ٢ واليوم الـ ٥ (عند انتهاء العلاج).

التنظيف المنزلي

- يجب التنظيف يوميا بالماء والصابون لمواضع اللمس والاحتكاك، مثل مقابض الأبواب والصنابير (الحنفيات) ومقاعد المراحيض وأزرار تدفق مياه المراحيض والهواتف وآلات التحكم عن بعد وغيرها.
- يجب التنظيف بالماء والصابون وبانتظام للأسطح الأفقية، وأرضية المنزل، ومكان الاستحمام والمراحيض (التواليت).
- ينبغي تهوية المنزل يوميا، كما يجب تهوية أغطية وأرائك النوم.
- يجب القيام بكنس المنزل في اليوم الـ ٢، وحين انتهاء العلاج. كما يجب كنس الفرش وأغطية الأثاث بعناية.

غسل الملابس

- يجب غسل الملابس الداخلية وأغطية السرير والفرش والمناشف والليف القماشية ومناشف الأواني وغيرها، بحيث تغسل لدرجة الغليان
- وينبغي، بعد انتهاء العلاج، غسل أغطية وأرائك النوم

يمكنك الحصول على المزيد من المعلومات حول بكتيريا MRSA في موقع دائرة الصحة على الشبكة

Sundhedsstyrelsen www.sst.dk

النظافة الجيدة لليدين هي الطريقة الأهم للوقاية من انتشار العدوى!

بكتيريا MRSA

المكورات العنقودية المقاومة للميثيسيلين، المعروفة اختصاراً بـ MRSA، هي بكتيريا مقاومة للعلاج بالمضادات الحيوية العادية. يمكن للبكتيريا أن تتواجد في الجلد أو الأنف، دون علامات على حدوث التهاب (وضع الناقل). ويمكن أن تسبب البكتيريا التهابات، مثل الخراج أو الحصف الجلدي. وفي حال تعرض الأشخاص المرضى أو الضعفاء للعدوى بـ بكتيريا MRSA، فستزيد احتمالات إصابتهم بمرض شديد.

تنتقل بكتيريا MRSA عن طريق اليدين والاحتكاك المباشر مع أشخاص آخرين، يحملون بكتيريا MRSA. وتنتقل بكتيريا MRSA التي تحملها الحيوانات الأليفة (MRSA 398) بالاحتكاك اليومي المباشر بالحيوانات الحية، التي تحمل بكتيريا MRSA.

إن حصلت أنت، أو أحد في منزلك، على تشخيص بالإصابة بـ بكتيريا MRSA، فتتصح دائرة الصحة أن يتناول جميع أفراد المنزل علاجاً لمدة ٥ أيام لإزالة البكتيريا. هناك قواعد خاصة تتعلق بـ بكتيريا MRSA التي تحملها الحيوانات الأليفة، وكذلك الأطفال الحديثي الولادة لعمر سنتين. - اتبع تعليمات الطبيب. قم

بزيارة الموقع www.sst.dk

بإستطاعة المواطنين أن يشاركوا في النشاطات الاجتماعية وإعادة التأهيل وغير ذلك دون قيود. كما يستطيع الأطفال الذهاب إلى المدرسة ودور الرعاية، حتى وإن تحققت إصابتهم بـ بكتيريا MRSA. وبإستطاعة الأطفال في العمر الدراسي أن يشاركوا في النشاطات الدراسية والترفيهية، إن كان لديهم جرح واحد مصاب بالعدوى، طالما أنه تجري معالجته وكان الجرح مغطى بضمادة محكمة. وهذا ينطبق أيضاً على الموظفين.

غسل اليدين

- 1- قم بترطيب اليدين والمعصمين بالماء وضع عليهما سائل الصابون .
- 2- قم بتوزيع الصابون على الكفين وعلى الأصابع وفيما بينها، وعلى ظهر الكفين وحول المعصمين، واغسل لمدة ١٥ ثانية على الأقل.
- 3- قم بإزالة الصابون بالماء الجارية وجفف يديك بالمنشفة، ويجذب استخدام المنديل الورقي أو لفافة مناديل المطبخ، لحين تجفيف اليدين تماماً.

تعقيم اليدين

- 1- استعمل ٢ ملل على الأقل من السائل المعقم لليدين (٧٠-٨٥٪ كحول)، وذلك بقدر مناسب في باطن الكف.
- 2- قم بتوزيع السائل المعقم على أنحاء اليدين والمعصمين وافركه لمدة ٣٠ ثانية، إلى حين تجف اليدين تماماً.
- 3- يمكنك شراء معقم اليدين في الصيدلية وفي المحال التجارية.



بكتيريا MRSA

إرشادات للمواطنين

