

كوفيد-19 موجز الإرشادات رقم 8 استخدام الأقنعة الطبية

توصيات لموظفي الصيدلية

1. ينبغي على العاملين في الصيدلية استخدام الكمامات الطبية (بالإضافة إلى معدات الوقاية الشخصية الأخرى التي تشكل جزءًا من احتياطات القطيريات والاتصال) لحماية أنفسهم من العدوى، وتجنب نقل الأمراض في حالة إصابة أحد موظفي الصيدلية.
2. قد يحتاج موظفو الصيدلية إلى ارتداء مجموعة من القفازات، ثوب خاص، قناع للوجه و/أو واقى للوجه أو نظارات واقية، اعتمادًا على المهام التي يؤديونها ووضعهم الشخصي كجزء من احتياطات القطيريات والاتصال.
3. استخدام القناع أو الكمامة وحدها غير كاف لتوفير مستوى مناسب من الحماية، إذ ينبغي أن يقترن هذا الإجراء بنظافة اليدين والوجه بشكل متكرر.
4. الحفاظ على مسافة من متر إلى مترين من المرضى والعموم، لمنع انتشار العدوى من شخص إلى آخر، عن طريق الرذاذ التنفسي الذي ينتج عندما يتحدث الشخص المصاب أو يسعل أو يعطس.
5. تعقيم الأسطح التي قد يلمسها المرضى أو أفراد الجمهور.
6. إن أجهزة التنفس غير مطلوبة بشكل عام في بيئة الصيدلية المجتمعية، ولكنها مطلوبة من قبل متخصصي الرعاية الصحية المشاركين في إجراءات توليد الهباء الجوي.
7. إن الحفاظ على الشعر القصير أو الشعر المربوط، وتجنب اللحي الطويلة، وتجنب استخدام المجوهرات والساعات ومساحيق التجميل يساهم في منع العدوى، كما ويسمح بزيادة كفاءة استخدام الأقنعة وأجهزة التنفس والنظارات الواقية.
8. في أماكن الرعاية لمرضى كوفيد-19 حيث يتم تنفيذ إجراءات توليد الهباء الجوي (على سبيل المثال، وحدات العناية المركزة وشبه المكثفة لكوفيد-19)، يجب على موظفي الصيدلة ارتداء جهاز تنفس (N95 أو FFP2 أو FFP3 قياسي، أو ما يعادله).

توصيات للمجتمع

ينصح أفراد المجتمع بارتداء كمامة طبية في الظروف الآتية:

1. عند الاعتناء بشخص يشتبه في إصابته بعدوى كوفيد-19.
 2. ظهور أعراض المرض عليهم مثل السعال أو العطس أو الحمى.
 3. الانتماء إلى مجموعات أكثر عرضة للخطر، بما في ذلك كبار السن (لا سيما كبار السن الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا) والأشخاص الذين يعانون حالات صحية حرجة، وخلال وجودهم في الأماكن العامة أو في حضور آخرين.
 4. الحاجة إلى مغادرة المنزل لأي سبب عندما يكونون تحت الحجر الصحي (أي في عزلة وقائية بعد الاتصال مع حالة كوفيد-19 مؤكدة أو محتملة)، لمنع انتقال عدوى محتملة عندما لا يعانون من أي أعراض أو قبل ظهورها.
- الأقنعة فعالة فقط عند استخدامها بالاقتران مع التنظيف المتكرر لليدين باستخدام معقم لليدين معتمد على الكحول أو بالصابون والماء.

كيفية وضع القناع واستخدامه ونزعه والتخلص منه

1. قبل لمس القناع، نظف يديك بمعقم لليدين معتمد على الكحول أو بالماء والصابون.
2. قبل وضع القناع، افحصه للتأكد من عدم وجود تمزقات أو ثقوب.
3. حدد أي جانب هو الجانب العلوي (حيث يكون الشريط المعدني أو الحافة الصلبة).
4. تأكد من أن الجانب المناسب من القناع (عادة الجانب الملون) مواجه للخارج.
5. ضع القناع على وجهك. اقرص الشريط المعدني أو الحافة الصلبة للقناع بحيث يأخذ شكل أنفك.
6. تأكد من أن القناع يغطي فمك وذقنك.
7. بعد الاستخدام، انزع القناع. قم بإزالة الحلقات المرنة من خلف الأذنين مع إبقاء القناع بعيدًا عن وجهك وملابسك. تجنب لمس الأسطح الملوثة من القناع.
8. تخلص من القناع في حاوية مغلقة مباشرة بعد الاستخدام.
9. اغسل يديك بعد لمس القناع أو التخلص منه. استخدم معقم لليدين المعتمد على الكحول أو اغسل يديك بالصابون والماء إذا كانت متسخة بشكل واضح.

ترجمة: