

دستورالعمل‌های پاسخ‌دهی فردی، محله‌ای و دولتی به شیوع بیماری

چن شن و یانیر بار- یام

انستیتوی سیستم‌های پیچیده نیوانگلند

مترجم:

علی فیضی

دستورالعمل‌های برای افراد و اجتماعات

- فاصله‌گیری اجتماعی را در دستور کار خود قرار بدهید.
- از تماس مستقیم با دیگران دوری کنید؛ دست‌ها را مرتب بشوید و ماسک بزنید.
- جلوی دهان خود را موقع سرفه و عطسه بگیرید.
- از اجتماعات دوری کنید.
- بدون تماس رو در رو، لوازم و مواد ضروری را برای اعضای مجموعه خود تامین کنید. لوازم و منابع را می‌توانید بیرون در دیگر خانه‌ها بگذارید.
- مراقب دمای (بالای) بدن یا دیگر نشانه‌های اولیه بیماری باشید.
- اگر هر نوع علامت اولیه‌ای -مثل تب- داشتید از دیگران فاصله بگیرید و تنها بمانید.
- اگر علائم شما شدیدتر شدند، بر اساس توصیه‌های دولتی، برای انتقال امن خود به مراکز بهداشتی اقدام کنید؛ در عین حال از وسایل حمل و نقل عمومی - تاکسی، اتوبوس یا مترو- استفاده نکنید و ماسک بزنید.
- نسبت به شایعات دیدگاه انتقادی داشته باشید و اطلاعات نادرست را پخش نکنید.
- مسئولیت سلامتی خود را به عهده بگیرید و با هشیاری و انضباط برای حفظ سلامتی محله خود همکاری کنید.

دستورالعمل‌هایی برای دولت

- از قبل، منابعی مانند ماسک، تجهیزات محافظت‌کننده فردی و کیت‌های آزمایش را آماده کنید و مسیرهای توزیع این منابع را مشخص کنید.
- مناطقی که بیماری در آنها تایید شده یا مشکوک است را مشخص کنید.
- از سفرهای غیرضروری بین مناطق مبتلا و غیرمبتلا جلوگیری شود.
- افرادی که مشکوک به بیماری‌اند یا بیماری آنها تایید شده است را جداگانه در مکان‌های تعیین‌شده‌ای مورد مراقبت قرار دهید که دارای امکانات پزشکی کافی شامل محافظت‌کننده فردی‌اند.
- افراد دارای نشانه‌های مشکوک به بیماری بایستی از فرایند تعیین‌شده خاصی برای انتقال به مکان‌های بهداشتی تعیین‌شده جهت آزمایش استفاده کنند. در انجام این کار از حمل و نقل عمومی یا تاکسی‌ها استفاده نکنید.

- همهٔ موارد مشکوک در همسایگی فرد مبتلا را قرنطینه و آزمایش کنید.
- آگاهی عمومی را در مورد این نکات افزایش دهید:
- نشانه‌های رایج بیماری و اقدامات ممکن برای انتقال به مراکز بهداشتی
- این مساله را که بیماری با وجود نشانه‌های معمولاً خفیف بسیار واگیر هست را تاکید کنید، تا افراد را برای مراجعه به مراکز بهداشتی ترغیب کنید
- مردم را به رعایت بهداشت شخصی بهتر ترغیب کنید. مردم را به شستن مکرر دست‌ها، پوشیدن ماسک در مکان‌های عمومی و دوری از تماس با همدیگر ترغیب کنید.
- در مناطق دارای سرایت فعال:
- مناطق عبادتی-زیارتی، دانشگاه‌ها، مدارس و کارخانه‌ها را تعطیل کنید.
- مردم را در خانه‌هایشان نگه‌دارید و اقدامات لازم برای رساندن لوازم و موارد ضروری را انجام دهید.
- جستجوی خانه به خانه برای یافتن افراد دارای علائم اولیه و محتاج را انجام دهید. این اقدام به همراه احتیاط‌های مرتبط با مجهز شدن به لوازم محافظت‌کنندهٔ فردی و همراهی اعضای محله در این اقدام انجام دهید.

- تجمعات عمومی را متوقف کنید
- به نظارت بر سلامتی افرادی که از اماکن محدود با چگالی جمعیتی بالا مانند زندانها رفت و آمد می‌کنند اهمیت ویژه داده شود.
- مسئولیت‌های اجتماعی در مناطق آلوده ارتقاء داده شود
- در هر محله افرادی را که شغل آنها ایجاب میکند که تماس روزمره با مردم داشته باشند را شناسایی کنید و روزانه وضعیت آنها را کنترل کنید تا به جلوگیری از انتقال بیماری کمک شود.
- با مناطق دور افتاده در تماس بوده و امکانات مورد نیاز را ارسال کنید.
- با جوامع بین‌المللی و WHO برای به اشتراک گذاشتن اطلاعات در مورد شناسایی موارد، تاریخ مسافرت بیمار، معالجه، راهکارهای پیشگیری و کمبود منابع پزشکی هماهنگی صورت گیرد
- برای درمان بیماران مبتلا به علائم مشابه که مبتلا به COVID-19 نیستند، برنامه ریزی کنید.
- در مناطقی که دارای انتقال فعال هستند:
- مکانهای عبادت، دانشگاهها، مدارس و شرکتها را ببندید

- افراد را به ماندن در خانه محدود کرده و امکان دسترسی و تحویل مواد ضروری بدون تماس با آنها فراهم شود

• جستجوهای خانه به خانه برای شناسایی افراد دارای علائم اولیه و نیازمند به خدمات با رعایت اقدامات احتیاطی ضروری و لباس و تجهیزات پیشگیری (PPE) و همکاری جامعه صورت پذیرد.

منبع:

<https://necsi.edu/individual-community-and-government-early-outbreak-response-guidelines-version-1>

-