



27.4.20

**נהלים להתמגנות כנגד נגיף הקורונה
המלצות האגודה הישראלית לריפוי סיני מסורתי**

קהילה יקרה,

אנחנו שמחים מאד על השיבה לעבודה לכולנו, ורואים כהישג אדיר את שיבתנו כחלק אינטגרלי מהשירותים הרפואיים בקהילה!

יחד עם זאת, חשוב מאד שנקפיד לפעול לפי הנחיות משרד הבריאות בכל הנוגע לפעילות שלנו בקליניקה.

ומשום כך, אנחנו מביאים לכם כאן את ההמלצות שלהלן, המפרטות את הנחיות משרד הבריאות, כדי לוודא כולנו ינהג באחריות ונוכל להמשיך את עבודתנו המבורכת בתרומה לבריאות ציבור המטופלים, בלי לסכן אותם או את עצמנו.

- **רשימה זו היא בגדר המלצה בלבד והאחריות המלאה והבלעדית עליכם.**
- **חובה לנהוג לפי ההנחיות המחייבות של משרד הבריאות כדי לא לסכן את בריאותכם ואת בריאות מטופליכם.**
- **יש להתעדכן בהנחיות משרד הבריאות למרפאות בקהילה, ככל שיצאו הנחיות נוספות.**

כללי:

1. לא תותר הכניסה למרפאה לאנשי צוות או למטופלים אשר:

א. סבלו בשבועיים האחרונים מאחד או יותר מהתסמינים הבאים - חום מעל 38.0, שיעול, קושי בנשימה או תסמין נשימתי אחר, דלקת של הלחמיות, כאבים בלוע, שלשולים

ב. אם התבקשו להיות בבידוד או שנחשפו לחולה קורונה מאומת

2. יש לקבוע את הטיפולים ביומן באופן מסודר ומרווח בכדי למנוע המתנה והתקהלות בחדר ההמתנה.

3. ככל שמזמנים קשישים או מטופלים מאוכלוסיות סיכון אחרות למרפאה, יש לשקול הקצאת זמן ארוך יותר לביקור, כדי לוודא הפרדה מלאה בינם לבין מטופלים אחרים.

4. החזרה לפעילות תהיה הדרגתית, בשלב ראשון לכ- 70% מפנח הפעילות.

5. אם אתם עובדים בישובים או בשכונות המוגדרים כ'אזורים מוגבלים', יש להקפיד ולטפל רק במקרים של צורך רפואי חיוני או דחוף.
6. יש לתעדף ככל הניתן את המשך השימוש ב'רפואה מרחוק' (ייעוץ אינטרנטי, הנחיות לצמחי מרפא או אקופרטורה), בעיקר אל מול אוכלוסיות בסיכון, ובפרט זה האוכלוסייה המבוגרת.
7. בקביעת התור ובתזכורת לקיומו יש להדגיש בפני המטופלים להימנע מלהגיע לקליניקה בכל אחד מהמצבים שפורטו בסעיף 1.
8. לפני ההגעה למרפאה, יש לקיים שיחת טלפון עם המטופל על מנת לבדוק אפשרות לטיפול מרחוק ולוודא שאינו עונה להגדרות שבסעיף 1.
9. אין לטפל במסגרת קבוצתית (מספר מטופלים בחדר טיפולים אחד), כמו שמקובל בחלק ממרפאות הקהילתיות.
10. ככניסה למרפאה יש לתלות שלט המתריע בפני כניסה למרפאה לכל אדם הסובל מתסמינים נשימתיים, חום מעל 38.0 או בא במגע עם חולה מאומת ל-COVID-19.
11. על כל הנכנס למרפאה לחטא את ידיו בתמיסת אלכוהול 70% או ספטול ולהרכיב מסיכה. מומלץ שלא להשתמש או לאפשר למטופלים שימוש במסיכת N95 עם פילטר, משום שהפילטר גורם לפיזור מוגבר של נשיפת החובש אותה. במקרה כזה, אפשר להציע למטופל להרכיב מעל מסיכה כירורגית.
12. יש למדוד חום לכל מבקר במרפאה, עובד או מטופל. לא תותר כניסתו של מי שחומו 38.0 ומעלה.
13. בכדי למנוע התקהלות רצוי לא לאפשר כניסה למלווים של המטופל אל חלל המרפאה, כולל אזור ההמתנה, למעט במקרים בהם המטופל נזקק לסיוע. ילדים – יוכלו להיכנס עם מלווה אחד בלבד.
14. אם עובדים במרפאה מספר אנשי צוות, יש להקפיד על 'ריחוק חברתי' ביניהם. אין להתקהל בחדר שתייה או לצורך פעילות משותפת.
15. לגבי קליניקות המצויות בתוך הבית ללא כניסה נפרדת – המלצתנו להימנע במידת האפשר ולתעדף עבודה בקליניקה חיצונית ולא בתוך הבית, בשל הצורך לאפשר הקפדה מלאה על ההנחיות, להגנה על בריאות המטופלים ובני המשפחה.

באזור ההמתנה:

1. יש להחזיק באזורי ההמתנה בקבוק/מתקן לחיטוי ידיים (אלכו-ג'ל 70%) עבור המטופלים.
2. יש להקפיד על מרחק ישיבה של 2 מ' בין מטופל למטופל באזור ההמתנה ולוודא שכולם, כולל מלווים, מרכיבים מסיכות.
3. אם אין מזכירה בחדר ההמתנה יש לשים שלט במקום בולט עם הנחיות אלו.
4. יש להקפיד על חלון פתוח בחללי הקליניקה וחדרי ההמתנה.
5. לקחת היסטוריה רפואית (אנמנזה, תשאול) תתבצע באמצעות שאלון בלבד בזמן ההמתנה או בפגישה אינטרנטית מקדימה, על מנת לקצר את זמן החשיפה שבין מטופל למטופל. לא יתבצע תשאול פרונטלי.

6. מומלץ להכין שאלון קצר לשלילת גורמי סיכון למילוי ע"י כל המטופלים בכניסתם למרפאה. ראו דוגמה בנספח.
7. אין להכניס מטופלים למטבחון / פינת שירות או להציע משקאות.
8. מומלץ לא לאפשר למטופלים שימוש בשירותים במרפאה.
9. אין להשאיר כתבי עת או צעצועים מפוזרים ברחבי המרפאה.

בחדר הטיפולים :

1. לפני תחילת הטיפולים – יש לנגב את הכיסאות וכל המשטחים בחדר הטיפולים עם מגבוני חיטוי מגבוני חיטוי ספוגים בתמיסת כלור או בתמיסת אלקוהול 70% תוך שימוש במסיכה וכפפות. ניתן להזמין מגבונים כאלו אצל ספקים שונים.
2. במהלך העבודה יש להקפיד על חלון פתוח בחדר הטיפולים, במידת האפשר.
3. בכל זמן שהייה במרפאה כולל בזמן הטיפול על המטפל להרכיב מסיכה כירורגית ולעטות כפפות.
4. יש להקפיד כי המטופל ירכיב מסיכה, מכניסתו לאזור ההמתנה ובחדר הטיפולים. ראו הערה קודמת בנוגע למסיכות עם פילטר.
5. בחדר הטיפולים יהיו רק מטפל אחד ומטופל אחד. במקרים בהם המטופל נזקק לסיוע אדם נוסף / ילד – ניתן להכניס מלווה אחד, אשר יתמגן במסיכה כירורגית וכפפות.
6. את המסיכה הכירורגית על המטפל להחליף כל 4 שעות או באם היא נרטבת.
7. בטיפול באוכלוסיות בסיכון, כולל באוכלוסיה המבוגרת או טיפול בצוות רפואי, מומלץ להשתמש במסיכת N95 ללא פילטר. במקרים אלו מומלץ לשקול שימוש במשקף.
8. יש לחטא את הידיים באמצעות ספטול או אלקוהיל (70%) או באמצעות מים וסבון:
 - א. בכל הסרת כפפות
 - ב. בין מטופל למטופל
 - ג. לאחר מגע עם המסיכה
- * שימו לב להנחיית משרד הבריאות בנושא נטילת ידיים (מצורף בנספח)
9. יש להחליף כפפות בין מעבר ממטופל למטופל.
10. יש להקפיד על משך שהייה מינימלי ככל האפשר בקרבת המטופל. מומלץ שמשך הזמן המצטבר בקרבת המטופל לא יעלה על 15 דקות.
11. בין טיפול לטיפול יש לחטא את המשטחים, כסא המטופל, מיטת המטופל, ידיות, מתגים או כל אביזר בו אתם משתמשים בזמן הטיפול, כולל עט כתיבה ומקלדת המחשב, עם מגבוני חיטוי ספוגים בתמיסת כלור או בתמיסת אלקוהול 70%. בסיום השימוש זרקו את המגבונים לפח.
12. יש להחליף את סדין / אל-בד בין מטופל למטופל, ואת הסדין המשומש יש לזרוק לפח. שימו לב שאת הסדין החדש אתם מניחים על המיטה בכפפות חדשות ונקיות.
13. יש להימנע מלחיצת ידיים וחיבוקים.

בסיום יום הטיפולים

1. בסיום יום הטיפולים יש לנקות היטב את חדרי הטיפולים ואת אזור ההמתנה, באמצעות מגבוני חיטוי ספוגים בתמיסת כלור או בתמיסת אלכוהול 70% , כולל המשטחים שפורטו לעיל, לרבות מקלדת המחשב וכל אמצעי עזר שאתם משתמשים בו.
2. את הרצפה יש לשטוף היטב בתערובת של מים, כלור וסבון בסיום כל יום טפולים.
3. רצוי לפתוח את החלונות בחדר הטיפולים ולהשאירם פתוחים לאורך הלילה.

מטפל שאינו חש בטוב

1. בכל מקרה של חשש לבריאותך, או שאינך חש/ה בטוב, לרבות תסמינים נשימתיים ו/או חום, יש לבטל את הטיפולים ולפעול בהתאם להנחיות .
2. במקרה של חשש מהידבקות בנגיף , יש ליידע את הגורמים המוסמכים לכך ולשתף פעולה כנדרש.

אנו חוזרים ומדגישים כי רשימה זו היא בגדר המלצה בלבד והאחריות המלאה והבלעדית על כל מטפל ומטפל . חובת כולנו לנהוג לפי ההנחיות המחייבות של משרד הבריאות כדי לא לסכן את בריאותנו ואת בריאות מטופלינו .

בכל מקרה של שינויים בהנחיות, אנו נמשיך לעדכן .

בברכת בריאות שלמה ,

האגודה הישראלית לריפוי סיני מסורתי

נספח 1

דוגמה לשאלון בנושא קורונה

*למילוי לכל מטופל בכל הגעה למרפאה:

האם היה לי חום במהלך השבועיים האחרונים? כן / לא

האם סבלתי בשבועיים האחרונים משעול או נזלת? כן / לא

האם סבלתי בשבועיים האחרונים מכאבים בלוע? כן / לא

האם סבלתי בשבועיים האחרונים מכאבי בטן, יציאות רכות או שלשולים? כן / לא

האם סבלתי בשבועיים האחרונים מדלקת עיניים (conjunctivitis)? כן / לא

אם סבלתי בשבועיים האחרונים מאובדן חוש טעם או ריח? כן / לא

איך נכון לשטוף ידיים?

ריחצו ידיים כשמתלכלכות! במקרים אחרים, ניתן להשתמש בנוזל חיטוי

זמן מומלץ: 40-60 שניות 



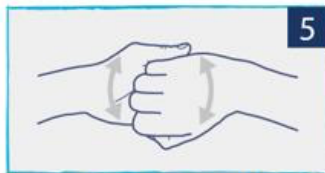
שפשפו את הידיים כף אל כף



השתמשו בכמות נדיבה של סבון



הרטיבו ידיים במים



גב האצבעות על תוך כף היד



כף אל כף בשילוב אצבעות



כף יד אל גב כף יד בשילוב אצבעות



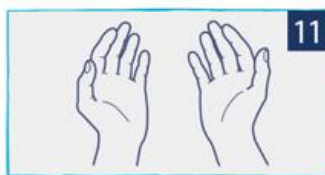
שיטפו את הידיים במים



לשפשף את הציפורניים בתנועה סיבובית אל תוך כף היד



לשפשף את האגודלים בתנועה סיבובית



ידיים נקיות ובטוחות



השתמשו במגבת לסגירת הברז



ייבשו במגבת נקיה או בנייר ניגוב

רחיצת ידיים
מצילה חיים

מוקד קול הבריאות
ובמוקדי קופות החולים
אתר: bit.ly/MOH-Corona

