

إرشادات منع ومكافحة العدوى الخاصة بوسائل نقل الركاب في ظل جائحة كورونا-19

اللجنة العلمية الإستشارية لمجابهة مرض فيروس كورونا-19

<http://www.lmb.ly/scc-covid-19.htm>

اللجنة الخاصة لمكافحة العدوى

5/28/20

لأي ملاحظات أو استفسار
infection0control0unit@gmail.com

إرشادات منع ومكافحة العدوى الخاصة بوسائل نقل الركاب في ظل جائحة كورونا-19

الهدف

الغرض من هذه الإرشادات هو تقديم الإجراءات الوقائية التي يمكن تنفيذها لإبطاء أو وقف انتشار كوفيد-19 واقتراح استراتيجيات للحد من أي ضرر محتمل ناتج عن استعمال المواصلات سواء العامة أو الخاصة.

كيف يمكنك حماية نفسك كسائق نقل وحماية الركاب؟

مصادر التعرض المحتملة وجود تقارب جسدي مع أحد ركاب الحافلة أو عن طريق الاتصال بالأسطح التي يلمسها أو يتعامل معها شخص يحمل كوفيد-19، أو عن طريق لمس السائق أو الراكب فمه أو أنفه أو عينه.

(1) التباعد الجسدي

- الحد من التقارب الجسدي مع الآخرين من خلال الحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد (يفضل مترين)، كلما أمكن ذلك بين الأشخاص وتجنب التماس الجسدي المباشر مع الآخرين (مثل المعانقة واللمس والمصافحة) بوضع علامات على الأرض والحواجر.
- التحكم الصارم في إدارة الطابور بأن تطلب من ركاب الحافلة الدخول والخروج من الحافلة من خلال أبواب الدخول الخلفية مع المحافظة على المسافة بينهم.
- اطلب من الركاب تجنب الوقوف أو الجلوس على أقل من متر واحد من بعضهم.

(2) إصباح اليدين

- يجب وضع عبوات ذلك اليدين بالكحول، والمناديل الورقية في أماكن واضحة في داخل الحافلة لتعزيز الالتزام بإصباح اليدين.
- إصباح اليدين بالطريقة الصحيحة هو إجراء مهم لمكافحة العدوى. اغسل يديك بانتظام بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. إذا لم يكن الصابون والماء متوفرين بسهولة، فاستخدم مطهراً لليدين يحتوي على الأقل 60% من الكحول.

• الأوقات الأساسية لتنظيف اليدين بشكل عام ما يلي:

- « بعد التعامل مع الركاب مثلاً كقبض النقود منه.
- « قبل وبعد تحضير وتناول الطعام.
- « بعد استخدام الحمام.
- « بعد استنثار الأنف أو السعال أو العطس.
- « بعد لمس الإفرازات والفضلات وسوائل الجسم.
- « بعد ملامسة الأشياء التي يحتمل أن تكون ملوثة (القفازات والملابس والأقنعة المناديل المستعملة والنفايات).
- « وبعد إزالة القفازات وأدوات الوقاية الشخصية الأخرى.

• الأوقات الإضافية لتنظيف الأيدي في العمل ما يلي:

- « قبل وبعد دوام العمل.

- « قبل وبعد فترات الراحة من العمل.
- « بعد لمس الأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر، مثل مساند الحافلة.
- « بعد ارتداء الكمامة أو لمسها أو إزالتها.



مع الأخذ في الاعتبار

- تجنب لمس العينين أو الأنف أو الفم.
- تجنب لمس الأسطح التي يلمسها ركاب الحافلات.
- استخدم القفازات إذا لزم الأمر للتعامل مع الأسطح الملوثة بسوائل الجسم.

(3) الاحتياطات التنفسية وأداب السعال

- يلزم ارتداء الكمامة في الأماكن العامة.
- اتباع الطريقة الصحيحة في ارتداء الكمامة وخلعها.
- الالتزام بأداب السعال (كما في اللوحة الإرشادية المرفقة) من قبل الجميع السائق والركاب. مع التأكد من توفر الكمامات والمناديل في وسيلة النقل لأولئك الذين يعانون من رشح الأنف أو السعال، إلى جانب حاوية قمامة ذات غطاء يفتح بالرجل للتخلص من المخلفات.

(4) التطهير والتطهير للبيئة دورياً

- تنظيف الأسطح من أعلى إلى أسفل (فمثلاً تنظيف السقف ثم الأرفف ثم القوافذ ثم الكراسي وأخيراً الأرضية) بطريقة التنظيف الرطب بدل الكمس الجاف.
- التنظيف بالفرشاة باستخدام الصابون والماء أو الدعك باستخدام فوطة لإزالة الأوساخ والترسبات من الأسطح، ثم المسح بالمطهر للقضاء على الجراثيم.
- ينبغي استبدال محاليل التنظيف والماء بصفة مستمرة وكلما أصبحت متسخة.
- يجب ارتداء ملابس واقية أثناء التنظيف (قفازات شديدة التحمل وأحذية مغلقة ومرابيل بلاستيكية غير منفذة للسوائل وقناع يحمي الوجه خاصة عند احتمال تناثر الماء والمطهرات)
- توفير مواد التنظيف، بما في ذلك المنظف المنزلي 70٪ من الكحول الطبي أو محلول الكلور (20 مل وركبنا 5 % لكل لتر ماء) ويتم تحضيره كل صباح وتخزينه طوال اليوم في حاوية مغلقة مظلمة بعيداً عن ضوء الشمس والتخلص من المحلول المتبقي في نهاية اليوم)
- يجب دائماً تحضير محاليل المطهرات واستخدامها وفقاً لتعليمات الشركة المصنعة، مع الأخذ في الاعتبار دواعي الاستخدام، طريقة التحضير، درجة التخفيف الصحيحة، زمن التلامس، تاريخ صلاحية المطهر، طريقة التخزين، واستخدام معدات الوقاية الشخصية، وتجنب خلط المطهرات الكيميائية المختلفة، وعدم تركها مفتوحة.
- يجب تحديد الأسطح شائعة الاستخدام التي يتم لمسها بشكل متكرر لتكون لها الأولوية في التنظيف والتطهير، بما في ذلك مقود القيادة وما حوله والتي يلمسها السائق عادة ومساند اليد والكراسي والأبواب.
- يجب التنظيف والتطهير فوراً عند حدوث تلوث عضوي مثل: الدم، القيء، البول، البراز، سوائل الجسم الأخرى بالطريقة التالية:

- ✓ ارتداء القفازات قبل التعامل مع التلوث والتخلص منها بعد الانتهاء.
- ✓ إذا كان التلوث قليل يتم المسح بقطعة قماش ثم يتم التطهير بواسطة قطعة أخرى مشبعة بمحلول مطهر الكلور (ذو التركيز المتوسط = 20 مل وركبنا لكل لتر ماء تقريباً) وتوضع في كيس للتخلص منها بشكل آمن.
- ✓ أما إذا كانت كمية التلوث كبيرة يتم وضع فوطة عليها للامتصاص، ثم التخلص منها بطريقة آمنة يلي ذلك تطهير المنطقة بمطهر مركز (مثل الكلور ذو التركيز العالي = 110 مل وركبنا لكل لتر ماء)

• لا يوصى برش المطهرات على الأسطح البيئية لأنه غير فعال في إزالة الملوثات ويمكن أن يسبب تهيج العين والجهاز التنفسي والجلد والتأثيرات السامة الأخرى.

5) زيادة معدل التهوية

• من خلال التهوية الطبيعية بفتح جميع النوافذ، ويمنع استخدام مكيف السيارة والنوافذ مغلقة لأنه يعمل على تدوير الهواء دون تجديده مما يزيد احتمالية العدوى.

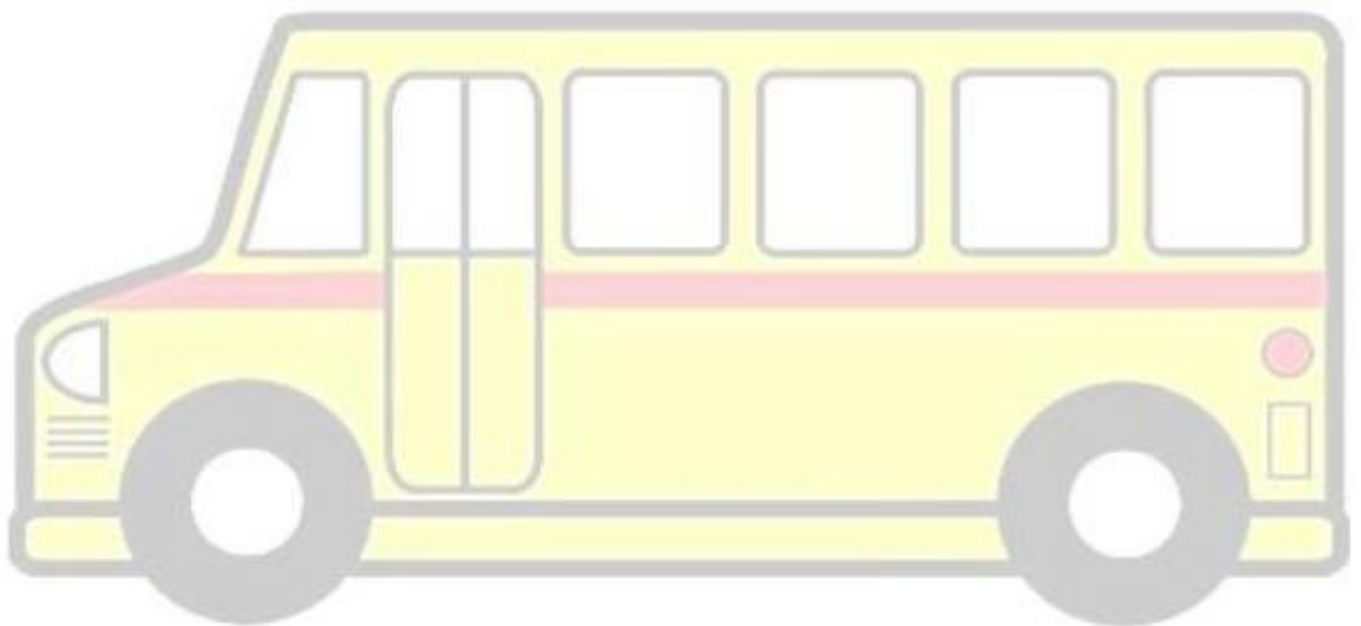
ما الخطوات التي يجب أن تتخذها الجهات المختصة بالمواصلات؟

- يجب على الجهات المختصة بالمواصلات وأصحاب العمل والعمال التعاون مع السلطات الصحية واتباع جميع التوجيهات الصادرة منها وتزويد الموظفين بالمعلومات الصحيحة حول كوفيد-19.
- يجب على أصحاب العمل المشاور والتعاون مع العمال وممثلهم، لاتخاذ اجراءات وقائية، مثل الضوابط الهندسية والإدارية وتوفير معدات وملابس الوقاية الشخصية (الكمامة والقفازات والمرابيل البلاستيكية). وإشراك العمال في تقديم ملاحظات حول هذه الإجراءات وفعاليتها. كما يجب ألا تنطوي هذه الاجراءات في مكان العمل على أي نفقات من جانب العمال.
- وضع تدابير للفصل المادي أو فرض مسافة أكثر من متر واحد (يفضل مترين) بين السائق والركاب مثل الحواجز المادية أو العلامات الأرضية أو علامات للإشارة إلى الركاب حيث لا يجب أن يجلسوا أو يقفوا بالقرب من سائق الحافلة.
- تشجيع الموظفين المرضى بالبقاء في المنزل وتسهيل إعطائهم إجازات مرضية ويجب ألا يعود الموظفون المرضى إلى العمل إلا بعد استشارة الطبيب المختص.
- مراجعة المخالطين للمريض الطبيب المختص واتباع تعليماته.
- تعيين شخص ليكون مسؤولاً عن الاستجابة المتعلقة بكوفيد-19. يجب أن يعرف الموظفون من هو هذا الشخص وكيفية الاتصال به.
- توفير تدريب للموظفين على تطبيق اصحاب اليبدين واستخدام أدوات الوقاية الشخصية والاحتياطات الروتينية الأخرى لمكافحة العدوى.
- توفير الملصقات ومقاطع الفيديو ولوحات الرسائل الإلكترونية لزيادة الوعي بكوفيد-19 بين العمال.
- يمنع حضور كبار السن (60 عام فما فوق) والأشخاص الذين عانوا من أمراض مزمنة أو ضعف المناعة (مثل أمراض القلب والأوعية الدموية وداء السكري وأمراض الرئة المزمنة والجاز التنفسي والأورام ومريض الغسيل الكلوي وأمراض نقص المناعة) لأنهم يعتبرون أشد عرضة للإصابة بمرض فيروس كورونا، وتوفير الإدارة لهم خيارات للعمل عن بعد.
- توفير نقاط لغسل اليدين في محطات الحافلات ومواقف سيارات الأجرة.
- توفير الصابون والماء النظيف ومناديل التجفيف أو مطهرات الكحول الطبي في أماكن العمل.
- توفر مناديل مطهرة يمكن التخلص منها بحيث يمكن مسح الأسطح التي يلمسها سائق الحافلة للتطهير، أو محاليل الكلور (20 مل وركينا في لتر ماء).
- توفير صناديق القمامة التي تفتح بالرجل دون لمسها.
- وضع الملصقات التي تشجع على البقاء في المنزل عند المرض، وتغطية السعال والعطس وغسل اليدين عند مدخل مكان العمل وفي مناطق العمل الأخرى.
- ينبغي الاهتمام الخاص للوصول إلى فئات العاملين لحسابهم الخاص.

Reference:

1. What Transit Workers Need to Know about COVID-19 / BUS TRANSIT OPERATORS.
cdc.gov/coronavirus 4/23/2020

2. Considerations for public health and social measures in the workplace in the context of COVID-19 / Annex to Considerations in adjusting public health and social measures in the context of COVID-19 / 10 May 2020
3. Key considerations for repatriation and quarantine of travellers in relation to the outbreak of novel coronavirus 2019-nCoV / 11 February 2020
4. Getting your workplace ready for COVID-19 19 March 2020
5. Overview of public health and social measures in the context of COVID-19 Interim guidance / 18 May 2020
6. Controlling the spread of COVID-19 at ground crossings Interim guidance /20 May 2020
7. الدليل القومي لمكافحة الجوى 2016



How to Handwash?

كيف تغسل يديك بالماء و الصابون؟

WASH HANDS WHEN VISIBLY SOILED! OTHERWISE, USE HANDRUB



Duration of the entire procedure: 40-60 seconds

اغسل يديك بالماء و الصابون لمدة 40 - 60 ثانية عندما يكونا مسختين ظاهريا ما عدا ذلك اذلكهما بالكحول



Wet hands with water;

بلل يديك بالماء



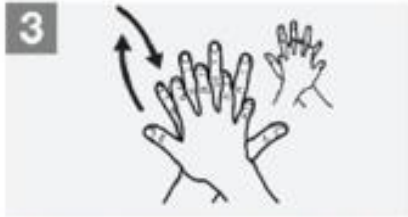
Apply enough soap to cover all hand surfaces;

ضع صابون كافي لتغطية اليدين



Rub hands palm to palm;

اذلك باطن اليدين معا



Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa;

باطن اليد اليمنى على ظهر اليسرى مع تداخل الاصابع والعكس



Palm to palm with fingers interlaced;

باطن اليدين مع بعضهما مع تداخل الاصابع



Backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked;

ظاهر الاصابع بباطن اليد الأخرى مع تشابك الاصابع والحريك



Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa;

الذك الدائري للابهامين



Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa;

الذك الدائري لباطن اليدين



Rinse hands with water;

اشطف يديك بالماء



Dry hands thoroughly with a single use towel;

جفف يديك بمناديل ورقية أحادية الاستخدام



Use towel to turn off faucet;

استخدم هذه المناديل لإغلاق الصنبور



Your hands are now safe.

يديك الآن آمنتين

How to Handrub?

كيف تدلك يديك بالكحول؟

RUB HANDS FOR HAND HYGIENE! WASH HANDS WHEN VISIBLY SOILED

Duration of the entire procedure: 20-30 seconds

إدلك يديك بالكحول لمدة 20 - 30 ثانية حتى جفافهما و إغسلهما بالماء و الصابون عندما يكونا متسخين ظاهريا



Apply a palmful of the product in a cupped hand, covering all surfaces;

ضع كمية كافية من المطهر لتملأ حوض اليد



Rub hands palm to palm;

إدلك باطن اليدين معا



Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa;

باطن اليد اليمنى على ظهر اليسرى مع تخطيل الأصابع والعكس



Palm to palm with fingers interlaced;

باطن اليدين مع بعضهما مع تخطيل الأصابع



Backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked;

ظاهر الأصابع بباطن اليد الأخرى مع تشابك الأصابع والحركة



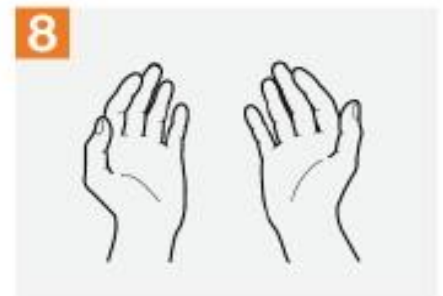
Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa;

الدعك الدائري للإبهامين



Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa;

الدعك الدائري لباطن اليدين



Once dry, your hands are safe.

بمجرد جفاف المطهر يديك الآن آمنتين

تغطية السعال و العطس

غطي الفم و الأنف بالمنديل
عند السعال أو العطس
ثم ضع المنديل المستعمل
في سلة المخلفات



إذا لم يكن لديك منديل
فَسعل أو اعطس في
كفك العلوي أو عند كوعك



ارتدي قناع تنفسي
لحماية الآخرين



اغسل يديك بالماء و الصابون
فإن لم يتوفر
فادلکهما بالكحول

