



05 מרץ 2020
ט' אדר תש"פ
[O-2020-4630-000003]

כללי התנהגות להקטנת הסיכוי להידבקות בנגיף ה-COVID-19 (הקורונה)

מהו נגיף הקורונה ?

- נגיפי הקורונה הינם משפחה גדולה של נגיפים העלולים לגרום לתחלואה בבני אדם, מבין כל נגיפי הקורונה אשר גורמים למחלה בבני אדם, נגיף ה-SARS אשר גרם למחלה קשה בשנים 2003/4, הוא הדומה ביותר לנגיף מבחינת הרכבו הגנטי.

כיצד בני אדם נדבקים ?

- ישנה העברה של הנגיף מאדם לאדם, ככל הנראה בחשיפה להפרשות מדרכי הנשימה בעת עיטוש או שיעול. בשלב זה נראה כי רמת הדבקה דומה לפחות לזו של נגיף השפעת. יתכן כי אנשים שנדבקו עלולים להיות מדבקים עוד טרם הופעת תסמינים, מצב שמוכר ממחלות נגיפיות אחרות.

עד כמה חמורה המחלה ?

- המידע הקליני אודות המחלה החדשה אינו שלם. ברוב המקרים מדובר במחלה קלה. על פי המידע כעת, נראה כי המחלה קשה יותר בקרב מבוגרים ואנשים הסובלים מפגיעה במערכת החיסון וממחלות כרוניות דוגמת סכרת או מחלת לב. למידע נוסף, ניתן לגלוש לאתר משרד הבריאות בכתובת: <https://govextra.gov.il/ministry-of-health/corona/corona-virus/>

מה ניתן לעשות על מנת להפחית את הסיכוי להידבקות ?

- שטיפת ידיים עם סבון ולפחות במשך 30 שניות מפחיתה את כמות החיידקים והנגיפים בצורה משמעותית, יש להקפיד על שטיפת ידיים מרובה ובכלל זה – לפני ואחרי האוכל, בעת טיפול במזון, לאחר יציאה מהשירותים, לאחר מגע עם הפרשות.
- כיסוי הפה והאף בעת שיעול או התעטשות, עדיף באמצעות טישו אותו יש לזרוק לפח.
- מומלץ שלא להגיע לעבודה עם התחלת הרגשה של הופעת מחלה קלה כגון צינון.
- להימנע ממגע – יש להימנע ככל האפשר מלחיצת ידיים, ממגע עם ידיות בהן נגעו רבים, ממשקופי דלתות ומשטחים בהם נגעו אחרים.
- צוותי האמבולנס יפעלו על פי הנחיות אגף רפואה בכל הקשור לטיפול בדגימות מחשודים כחולי קורונה או העברת חולי קורונה ובנוסף, מתבקשים להקפיד על חיטוי משטחי האמבולנס על פי הליך העבודה – “ניקוי חיטוי ושמירה על היגיינה בכלי הצלה ובניידות דם – 07.07.02”. יש להקפיד על חיטוי בתחילת כל משמרת, באמצעות מגבון אלכוהול גם מקומות בהם החולה לא בא במגע כגון – מערכת הנהיגה (הגה, ידיות האיתות וכו'), מערכת הקשר והכריזה, הטאבלט, ידיות הרכב וכו'. יש להניח לאלכוהול להתנדף ולא לנגבו.



- יש להקפיד להסיר כפפות בטרם הנהיגה, לפני שימוש בטאבלט או בטלפון הסלולארי.
- בתחילת עבודה על עמדת עבודה (עמדת מחשב, עמדת מוקד) בה עבד אדם אחר, יש לחטא את משטח העבודה, המקלדת והעכבר באמצעות מגבון אלכוהול.

מצורף קישור להנחיות לאזרחים למניעת התפשטות נגיף הקורונה מאתר מד"א :

<https://www.mdais.org/101/stopcoronavirus>

בברכה,
יפתח לוי, מג"מ
ממונה בטיחות וגהות
מנהל מחלקת בטיחות

איך תקטינו את הסיכוי להידבקות בנגיף קורונה?



1. **שטיפת ידיים** - מומלץ לשטוף ידיים עם סבון ומים לעתים קרובות. לפני ואחרי האוכל וטיפול במזון, לאחר יציאה מהשירותים, לאחר מגע עם הפרשות, לאחר שיעול ועיטוש ולאחר מגע עם טישו משומש.

3. **בהיעדר טישו** עדיף להתעטש למרפק ולא לכף היד, כך יקטן הסיכוי להדביק אחרים כאשר נוגעים בחפצים משותפים



2. **כיסוי הפה והאף בעת שיעול ועיטוש** - רצוי שכיסוי הפה והאף לא יעשה בעזרת כף היד, אלא באמצעות שימוש בטישו ולזרוק לפח



5. **מומלץ שלא לנסוע בתחבורה ציבורית** כאשר חולים או חשים ברע



4. **הישארות בבית אם לא חשים בטוב** - מומלץ לא לצאת מהבית אם מרגישים התחלה של מחלה, ולא לשלוח ילדים חולים למסגרות היומיות