

המלצות למטפלים בבית הזקנים

בימים אלה של חוסר ודאות ומציאות מורכבת, מקומכם, כמי שאמונים על רווחתם, בריאותם ואיכות חייהם של המטופלים, חשוב אף יותר מאשר בשגרה.

הזקנים מהווים אוכלוסייה בסיכון להדבקה בנגיף הקורונה, ולכן תפקיד כולנו להגן עליהם. לפניכם מידע וכלים להתמודדות בבואכם לטפל בזקנים בעת הזאת:

1. בימים הקרובים יחולקו לחברות הסיעוד עזרי מיגון שימשו את המטפלים:

- **מסכות פנים** – יש להשתמש בהן רק בעת מתן טיפול אישי. בכל זמן אחר יש להשתדל לשמור על מרחק של שני מטרים ולהוריד את המסכה.
- **חלוקים** – חד פעמיים. אחד לכל ביקור בבית המטופל.
- **כפפות חד פעמיות** – יש להשתמש באופן רציף אחרי רחיצת הידיים.
- **מגבות נייר** - יש לרחוץ ידיים ולהשתמש במגבת נייר חד פעמית בעת הכניסה לבית המטופל ולפני היציאה ממנו. פתיחת הדלת וסגירתה תיעשה באמצעות מגבת נייר – אותה יש לזרוק מחוץ לבית המטופל.

את החלוק, הכפפות ומסכת הפנים יש להסיר מחוץ לבית המטופל כשהחלק החיצוני מקופל פנימה. לקשור בשקית ולזרוק לאשפה.

2. חשוב ביותר לשמור על היגיינה – רחצו ידיים לפי ההנחיות המפורטות להלן, וככלל

לפניכם סדר הפעולות המומלץ:



שלב 4

יבשו היטב את ידכם במגבת נייר (החיידיקים עוברים בקלות רבה יותר כשהידיים רטובות).



שלב 3

שטפו את הידיים תחת מים זורמים ונקיים.



שלב 2

סבנו את ידכם היטב במשך 20 שניות לפחות, אל תמהרו. הקפידו לסבן בין כל האצבעות, תחת הציפורניים וגב כף היד, והקציפו את הסבון כך שיכסה את כל היד.



שלב 1

פתחו את הברז והרטיבו את ידיכם במים הזורמים. סגרו את הברז.

- מיד עם כניסתכם לבית המטופל ולפני כל פעולה הנוגעת למזונו.
3. הקפידו לנקות באקונומיקה את השירותים, הכיורים ומשטחי המטבח.
 4. אווררו את בית המטופל ואפשרו לאוויר צח להיכנס לבית.
 5. אם אתם משתעלים, מצוננים או חום גופכם עלה אפילו בחום נמוך, הודיעו מיד לאחראי עליכם, ובקשו שיחליפו אתכם בעבודה.
 6. אם הזקן המטופל מתלונן על סימפטומים, כגון צינון, שיעול או עלייה בחום הגוף, דווחו מיד למשפחתו, לחברה ולרופא המשפחה.
 7. חשוב להמשיך ולהפעיל את המטופלים, גם אם הם אינם יוצאים מהבית. עשו איתם תרגילים קלים להזזת אברי הגוף.
 8. הבדידות קשה גם בימים רגילים לחלק גדול מהזקנים, עתה יותר מתמיד. הקפידו לשאול לשלום ולהעביר להם מסר כי הם חשובים לכם! עודדו אותם שהתקופה הקשה תסתיים והקשיבו לדבריהם בתשומת לב. שימו לב, ייתכן שאתם האדם היחיד שמגיע לבית המטופל, ולכן הקשר החם אתכם משמעותי מאין כמוהו.
 9. מצורף קישור לאתר משרד הבריאות הכולל מידע מקיף על הקורונה בישראל. הקפידו למלא אחר הוראות משרד הבריאות: <https://www.health.gov.il/Subjects/disease/corona>
 10. בכל מקרה של שאלה או התלבטות צרו קשר עם עו"ס החברה או צוות המרפאה.
 11. באתר האינטרנט של ג'וינט – אשל נמצאים לשימושכם מגוון פעילויות בית שניתן לבצע עם הזקנים לשימור תפקודם הפיזי והקוגניטיבי, מידע בנושא היגינה ושמירה על סביבת המטופל.
- לעיון בחומרים: <https://www.eshelnet.org.il/Corona>

כולנו מכירים ומוקירים את תפקידכם החשוב
ועבודתכם המסורה למען הזקנים בישראל

