

توصيات للدول الأعضاء بشأن تحسين ممارسات نظافة الأيدي للمساعدة على منع انتقال فيروس كوفيد-19



منظمة
الصحة العالمية

إرشادات مبدئية

1 نيسان/ أبريل 2020

التوصيات

أن تسعى الدول الأعضاء إلى النهوض بممارسات نظافة الأيدي على نطاق واسع للمساعدة على منع انتقال فيروس كوفيد-19، من خلال ما يلي:

- 1- إتاحة الوصول الشامل إلى مرافق عامة لتنظيف الأيدي وجعل استخدامها إلزامياً عند دخول أو مغادرة أي مبنى تجاري عام أو خاص وأي مرفق نقل عام.
- 2- تحسين إمكانية الوصول إلى مرافق وممارسات نظافة الأيدي في مرافق الرعاية الصحية.

معلومات أساسية

تشير البيانات الحالية إلى أن الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19 ينتقل عن طريق القطرات التنفسية أو الملامسة. ويحدث الانتقال باللامسة عندما تلامس الأيدي الملوثة الغشاء المخاطي للفم أو الأنف أو العينين. ويمكن أن ينتقل الفيروس أيضاً من سطح إلى آخر بواسطة الأيدي الملوثة، مما يسهل انتقال العدوى عن طريق الملامسة غير المباشرة. وبالتالي، فإن نظافة الأيدي أمر بالغ الأهمية لمنع انتشار الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19. كما أنه يوقف انتقال أنواع الفيروسات والبكتيريا الأخرى التي تسبب نزلات البرد الشائعة والإنفلونزا والالتهاب الرئوي، فيخفف بذلك العبء العام للمرض. وعلى الرغم من ارتفاع مستوى الوعي بأهمية نظافة الأيدي في الوقاية من العدوى بفيروس كوفيد-19، فإن الوصول إلى مرافق نظافة الأيدي، التي تتضمن مطهر الأيدي الكحولي وكذلك الصابون والماء، غالباً ما يكون دون المستوى الأمثل في المجتمع المحلي وفي مرافق الرعاية الصحية، لاسيما في البلدان ذات الدخل المنخفض والمتوسط. وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية واليونيسف إلى أن 3 مليارات شخص حول العالم يفتقرون إلى وسائل نظافة الأيدي في المنزل، وأن اثنين من كل خمسة مرافق للرعاية الصحية يفتقران إلى هذه الوسائل في نقاط تقديم الرعاية¹. علاوة على ذلك، أصبح الحصول على هذه الوسائل ينطوي على صعوبات متزايدة نتيجة نفاذ مخزون الإمدادات. لذلك، عندما تُتاح وسائل نظافة الأيدي مجاناً وتفرض سلطات الصحة العمومية استخدامها بشكل إلزامي، يتحسن مستوى المقبولية والالتزام بأفضل

ممارسات نظافة الأيدي، بما في ذلك في حالات طوارئ الصحة العمومية التي تثير قلقاً دولياً^{2,3}. وتشكل نظافة الأيدي أكثر التدابير الفردية فعالية في الحد من انتشار العدوى من خلال استراتيجيات متعددة الوسائل، تشمل إتاحة اللوازم المناسبة⁴. لذلك، فإن هذا الإرشادات مناسبة لجميع البلدان ويوصى بها خاصة في المناطق التي لا تتوفر فيها أماكن تسمح بممارسة نظافة الأيدي بسهولة.

توصيات منظمة الصحة العالمية:

- 1- يجب وضع محطة أو عدة محطات لنظافة الأيدي (إما لغسل اليدين بالماء والصابون^أ أو دعهما بمطهر كحولي)^ب أمام مدخل كل مبنى عام (بما في ذلك المدارس ومرافق الرعاية الصحية) وكل مبنى تجاري خاص، للسماح للجميع بممارسة نظافة الأيدي قبل دخول هذه المباني وعند مغادرتها.
- 2- ينبغي توفير مرافق نظافة الأيدي في جميع محطات النقل، وخاصة في محطات الحافلات والقطارات الرئيسية والمطارات والموانئ البحرية.
- 3- ينبغي تكييف عدد محطات نظافة الأيدي وسهولة استخدامها مع عدد وفئات المستخدمين (مثل الأطفال الصغار وكبار السن ومحدودي الحركة)، لتشجيع الاستخدام والحد من فترة الانتظار.
- 4- ينبغي أن تقع المسؤولية الإجمالية عن تركيب المعدات والإشراف عليها وإعادة تعبئتها بصورة منتظمة على عاتق سلطات الصحة العمومية التي تفوضها إلى مديري المباني. ويُرحَّب في هذا السياق بمبادرات القطاع الخاص والمجتمع المدني لدعم المستلزمات الأساسية والصيانة والاستخدام الفعال لهذه المرافق.
- 5- ينبغي أن يكون استخدام محطات نظافة الأيدي العمومية إلزامياً قبل اجتياز عتبة مدخل أي مبنى وأي وسيلة من وسائل النقل العام خلال جائحة كوفيد-19. بهذه الطريقة، يمكن أن يصبح تكرار تنظيف اليدين خارج المنزل جزءاً من روتين الحياة اليومية في جميع البلدان.
- 6- ينبغي أن تنتشئ جميع مرافق الرعاية الصحية العامة والخاصة برامج متعددة الوسائل لتحسين نظافة الأيدي أو أن تعزز ما لديها من برامج في هذا المجال^ج، وأن تضمن في الحد الأدنى، وبصورة عاجلة، شراء كميات كافية من

ج تشمل استراتيجية المنظمة المتعددة الوسائل لتحسين نظافة الأيدي العناصر المتكاملة التالية: (1) التغيير البيئي على نحو يضمن توافر منتجات تطهير الأيدي القائمة على الكحول، وكذلك الصابون والماء والمناشف النظيفة/الوحيدة الاستعمال؛ (2) تدريب وتثقيف جميع العاملين في مجال الصحة بشأن أفضل ممارسات نظافة الأيدي وأهميتها؛ (3) تقييم البنية التحتية لنظافة الأيدي وتقديم الملاحظات والامتثال وغير ذلك من المؤشرات؛ (4) توجيه الرسائل التذكيرية والتوعوية لتذكير جميع العاملين الصحيين وكذلك المرضى والزوار بنظافة الأيدي؛ (5) تهيئة مناخ موات للسلامة على الصعيد المؤسسي بالترام واضح من كبار المديرين وبمشاركة جميع الموظفين.

^أ عندما لا يتوفر المطهر الكحولي لليدين أو لوح الصابون، يمكن استخدام الصابون السائل أو سائل تنظيف مخلوط بالماء، وتعتمد نسبة المنظف إلى الماء على أنواع المنتجات المتاحة محلياً وشدة تركيزها.

^ب لا ينصح باستخدام محاليل الكلور لغسل اليدين لما قد يترتب عليها من ضرر على المستخدمين ومن يصنعون المحاليل، بالإضافة إلى تدني كفاءة الكلور عند تعرضه لأشعة الشمس أو الحرارة. والصابون رخيص عموماً ويسهل العثور عليه، ويمكن أيضاً استخدام محاليل الصابون السائل.

- virus disease outbreaks: a randomized comparison of soap, hand sanitizer, and 0.05% chlorine solutions on the inactivation and removal of model organisms Phi6 and *E. coli* from hands and persistence in rinse water PLoS ONE. 2017;12(2): e0172734. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172734>
- 3- Sterk E. Filovirus haemorrhagic fever guideline. Geneva: Médecins Sans Frontières; 2008 ([https://ebolacommunicationnetwork.org/ebolacomreso\(urce/filovirus-haemorrhagic-fever-guideline/](https://ebolacommunicationnetwork.org/ebolacomreso(urce/filovirus-haemorrhagic-fever-guideline/)).
- 4- Roddy P, Colebunders R, Jeffs B, Palma PP, Van Herp M, Borchert M. Filovirus hemorrhagic fever outbreak case management: a review of current and future treatment options. J Inf Dis. 2011;204(Suppl. 3):S791–5. https://academic.oup.com/jid/article/204/suppl_3/S791/2192235
- 5- الوقاية من العدوى ومكافحتها: بيّنات على أهمية نظافة الأيدي. جنيف: منظمة الصحة العالمية؛ 2020 (بالإنكليزية) [https://www.who.int/infection- \(/prevention/publications/hh_evidence/en](https://www.who.int/infection- (/prevention/publications/hh_evidence/en).
- 6- دليل الإنتاج المحلي: مستحضرات تطهير الأيدي التي توصي بها منظمة الصحة العالمية (بالإنكليزية). جنيف: منظمة الصحة العالمية؛ 2010 https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf، تم الاطلاع في 2 نيسان/أبريل 2020
- 7- نظافة الأيدي: لماذا وكيف ومتى؟ جنيف: منظمة الصحة العالمية؛ 2009. https://www.who.int/gpsc/5may/tools/why-how-when_brochure_arabic.pdf?ua=1 ، تم الاطلاع في 2 نيسان/أبريل 2020 .
- 8- نظافة اليدين تنقذ الأرواح، 2 أيار/مايو 2020. إلى كادر التمريض والقبالة: الرعاية النظيفة بين أيديكم! جنيف: منظمة الصحة العالمية، 2020 [https://www.who.int/infection- \(/prevention/campaigns/clean-hands/en](https://www.who.int/infection- (/prevention/campaigns/clean-hands/en) ، تم الاطلاع في 2 نيسان/أبريل 2020).
- 9- المياه والإصحاح والنظافة الشخصية في مرافق الرعاية الصحية. جنيف: منظمة الصحة العالمية، 2020 https://www.who.int/water_sanitation_health/facilities/healthcare/ar ، تم الاطلاع في 2 نيسان/أبريل 2020).
- اللوازم الجيدة لنظافة الأيدي، وتجديد التدريب على ممارسات تنظيف الأيدي، وإرسال رسائل التذكير والتواصل حول أهمية نظافة الأيدي في الوقاية من انتشار الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19.
- 7- ينبغي أن تضمن السلطات الصحية المحلية حالة التشغيل المستمر لمحطات لنظافة الأيدي (سواء موزعات المطهر الكحولي لدعك اليدين² أو الصابون والماء والمناشف الوحيدة الاستعمال) لجميع العاملين في مجال الرعاية الصحية وفي جميع نقاط الرعاية، وفي الأماكن التي توضع أو تُنزع فيها معدات الحماية الشخصية، وتلك التي يتم فيها التعامل مع نفايات الرعاية الصحية. بالإضافة إلى ذلك، ينبغي إتاحة وصيانة محطات نظافة الأيدي لجميع المرضى وأفراد الأسرة والزوار، وعلى مسافة أمتار من المراحيض، وكذلك في المداخل والمخارج، وفي غرف الانتظار وتناول الطعام، وفي الأماكن العامة الأخرى.⁵ وينبغي التشجيع بشدة على الإنتاج المحلي لمستحضرات تنظيف الأيدي القائمة على الكحول في الصيدليات الوطنية أو دون الوطنية أو صيدليات المستشفيات أو من قبل شركات خاصة، وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، لا سيما إذا كانت الخيارات التجارية محدودة أو باهظة التكلفة.⁶
- 8- ينبغي أن يطبق العاملون في مجال الرعاية الصحية ممارسات نظافة الأيدي بالأسلوب المناسب⁷ ووفقاً للتعليمات المعروفة باسم "اللحظات الخمس لنظافة الأيدي"⁷. ويشمل ذلك على وجه الخصوص: قبل ارتداء معدات الحماية الشخصية وبعد نزاعها، وعند تغيير القفازات، وبعد أي اتصال مع مريض مصاب بعدوى كوفيد-19 المشتبه فيها أو المؤكدة، وعند التعامل مع نفايات الرعاية الصحية لهؤلاء المرضى أو البيئة الصديقة بهم، وبعد ملامسة أي إفرازات للجهاز التنفسي، وقبل إعداد الطعام وتناوله، وبعد استخدام المراحيض.
- 9- تُشجّع جميع مرافق الرعاية الصحية بشدة على المشاركة الفعالة في الحملة العالمية للمنظمة تحت شعار: نظافة اليدين تنقذ الأرواح، قبل ويوم انطلاقها في 5 أيار/مايو 2020⁸ والاستجابة للنداء العالمي الذي أصدره الأمين العام للأمم المتحدة للعمل بشأن المياه والإصحاح والنظافة العامة في مرافق الرعاية الصحية.⁹

المراجع

- 1- المياه والإصحاح والنظافة العامة في مرافق الرعاية الصحية: التقرير المرجعي العالمي لعام 2019 (بالإنكليزية). جنيف، منظمة الصحة العالمية. نيويورك، منظمة الأمم المتحدة للطفولة، 2019؛ <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311620> تم الاطلاع في 2 نيسان/أبريل 2020
- 2- Wolfe MK, Gallandat K, Daniels K, Desmarais AM, Scheinman P, Lantagne D. Handwashing and Ebola

^د يجب أن يحتوي مطهر اليدين الكحولي الفعال على نسبة كحول تتراوح بين 60٪ و 80٪ ويجب إثبات فعاليته وفقاً للمعيار الأوروبي 1500 أو معايير الجمعية الأمريكية لاختبار المواد (سابقاً الجمعية الأمريكية للاختبار والمواد).

وتواصل منظمة الصحة العالمية رصد الوضع عن كثب لمتابعة أي تغييرات يمكن أن تؤثر على هذه الإرشادات المبدئية. وإذا طرأ تغيير على أي من العوامل ذات الصلة، فسوف تصدر المنظمة إرشادات محدثة إضافية. وبخلاف ذلك، تبقى وثيقة الإرشادات المبدئية هذه صالحة لمدة عامين من تاريخ إصدارها.

© منظمة الصحة العالمية 2020. بعض الحقوق محفوظة. هذا المصنف متاح بمقتضى ترخيص المشاع الإبداعي «نسب المصنف - غير تجاري - المشاركة بالمثل 3.0 لفائدة المنظمات الحكومية الدولية» [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).

WHO reference number: [WHO/2019-nCoV/Hand_Hygiene_Stations/2020.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Hand_Hygiene_Stations-2020.1)