

طراحی جدول: جمعیت هلال احمر قزوین

جدول شماره ۱۲

افقی:

۱- از جمله آموزش‌های جمعیت هلال احمر به شهروندان داوطلب که به هنگام وقوع حوادث و بلاها بتوانند به آسیب دیدگان کمک فوری بدهند ۲- بخش خارجی چیزی- هیچ‌گاه به فرد بی‌هوش... خورنده نشود- بسیار مهربان ۳- جریان آب روان طبیعی- برگ برنده- روشی پزشکی برای تشخیص زخم معده و روده ۴- قنات- صدای گریه- تعجب زنانه ۵- ایوان- رنج و سختی- از صفات خداوند به معنی بخشاینده ۶- از القاب اشرافی اروپا- به طور ناگهانی- مرطوب- ورقه‌های نازک سیب زمینی برشته شده ۷- کتف- نشانه مصدر جعلی- ایمن‌ترین و کارآمدترین شبکه حمل و نقل عمومی- درجه حرارت- حرف دهن‌کجی ۸- چوب مسطح پزشکان برای معاینه دهان و حلق- واحد نظامی بزرگ‌تر از گردان- از علایم و نشانه‌های استرس ناشی از حادثه در افراد بزرگسال است ۹- انتقام- کیفر- پاره خط جهت‌دار- بالشتک نان پزی ۱۰- از جمله مخاطرات طبیعی که ایجاد آمادگی در برابر آن از اهداف آموزش همگانی جمعیت هلال احمر است- گناه و معصیت ۱۱- آبله‌ای که در اثر سوختگی ایجاد می‌شود- چین و چروک پارچه- از مراحل و اقدامات پیام هشدار اولیه که معادل اطلاعیه سازمان هواشناسی است- حرف فاصله ۱۲- با صداقت- بنده- داروی ضد انعقادی خون.

عمودی:

۱- هنگام مراجعه به منزل پس از وقوع زلزله، از روشن کردن آن خودداری کنیم- در فوران‌های آتشفشانی که مخاطره‌ای طبیعی است، وجود دارد ۲- شهری معروف در ترکمنستان- استخوانی در گوش- ضمیر سوم شخص ۳- از اعضای آسیب پذیر خانواده که کمک به آنها در هنگام وقوع حوادث در اولویت است- از آلات موسیقی ۴- نفس خسته- فولاد ضد زنگ- دوستی ۵- مایع نشاسته- دریغ و اندوه ۶- گروهی- ادب ۷- توسعه دانش عمومی درباره خطر بلاها و حوادث و همچنین اقداماتی که می‌توانند برای کاهش مواجهه و آسیب پذیری در برابر مخاطرات انجام گیرد ۸- گشاده- نیرو- پس غذا ۹- پست فطرتی- پیشوا ۱۰- در توضیح کلام به کار می‌رود- از سرفصل‌های آموزش حضوری کمک‌های اولیه در جمعیت هلال احمر است ۱۱- گدای سمج- قسمت کم عمق رودخانه ۱۲- روانداز خفته- رشک- فکرو اندیشه ۱۳- غذای تزریقی- بیماری و آبگیردار ۱۴- ضربه شدید روانی که گاهی پس از وقوع حوادث بروز می‌کند- ابزار مکانیک- لنگه بار ۱۵- تنبیل جالیزی- گیاه تالاب- از اجزای سازه‌ای ساختمان به شمار می‌رود که استحکام آن به هنگام وقوع زلزله در سلامت خانواده موثر است ۱۶- اتحادیه جهانی پست- فاتح ۱۷- کاری غیرقابل اشتعال که در صورت تنفس با غلظت بالا باعث تولید اسید ضعیفی در دهان می‌شود که ترشی و سوزش گلو می‌آورد و در صورت تداوم تنفس می‌تواند به خفگی و مرگ منجر شود.

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷

حل جدول شماره ۱۱

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
ج	م	ع	ی	ت	ه	ل	ل	ا	ح	م	ر	ک	ب	س
ن	ا	ن	و	و	و	ا	و	ا	م	ن	ا	س	ب	س
ب	ن	ت	و	ر	ن	ا	د	و	ل	س	م	ی	س	ب
ش	م	ر	د	ن	س	ک	ت	ه	ت	ی	ر	ر	ر	د
خ	ن	ا	گ	ز	م	ب	ا	ت	ق	ط	ی	ر	ر	د
س	ی	د	ی	ا	ب	ا	ل	ا	ب	ا	ر	م	ر	د
د	و	ر	ب	ر	ن	د	ه	ب	ر	ه	ر	م	ر	د
م	خ	ا	ط	ر	ا	ت	ا	ژ	ی	ر	ز	ر	د	د

رمز جدول: حوادث جاده‌ای

چگونه از فردی که به کووید-۱۹ مبتلا شده در خانه مراقبت کنیم؟

همراهان خود را سالم و ایمن نگه دارید

سازمان بهداشت جهانی (WHO) با توجه به اطلاعات موجود در مورد بیماری کرونا و انتقال آن به کلیه افرادی که مشکوک به عفونت COVID-19 و دارای عفونت حاد تنفسی هستند، قرنطینه خانگی را پیشنهاد کرده است. همچنین برای افرادی که مبتلا به بیماری خفیف هستند، ممکن است بستری شدن در بیمارستان لازم نباشد مگر اینکه نگرانی در مورد وخامت سریع حال آنها وجود داشته باشد. مراقبت در منزل نیازمند رعایت نکاتی بهداشتی است که «شهروند» در این مطلب به برخی از آن پرداخته است.

بیماران و اعضای خانواده باید در مورد بهداشت شخصی، اقدامات اساسی (برنامه پیشگیری و کنترل عفونت) IPC و نحوه مراقبت از اعضای خانواده مظنون به ابتلا به بیماری کووید-۱۹، تا حد امکان، آگاهی داشته باشند تا از شیوع عفونت به افراد در تماس‌های خانگی جلوگیری شود. به بیمار و خانواده باید پشتیبانی و آموزش مداوم ارائه شود و نظارت باید در طول مدت مراقبت در خانه ادامه یابد. بیماران و خانواده‌ها باید به توصیه‌های زیر عمل کنند.

از فرد بیمار مبتلا به کووید-۱۹ باید در اتاقی با تهویه مناسب نگهداری شود، اتاق با تهویه مناسب؛ اتاقی با پنجره‌های باز و دارای یک دریاز است.

رفت و آمدهای فرد بیمار در فضاهای مختلف خانه باید محدود شود و فضای به اشتراک گذاشته شده فرد بیمار را با سایر اعضای خانواده باید به حداقل برسانید.

اطمینان حاصل کنید که فضای مشترک فرد بیمار و سایر اعضای خانواده از تهویه مناسبی برخوردار است. (پنجره‌ها را باز نگه دارید).

اعضای خانواده باید در اتاقی مجزا باشند، اگر این امر امکان پذیر نیست، اعضای خانواده باید حداقل فاصله ۵/۱ متری از فرد بیمار را رعایت کنند. (این نکته باید در خصوص سایر افراد مانند افراد مسن و افراد دارای بیماری زمینه‌ای بیشتر مورد توجه قرار گیرد).

- نحوه تماس اعضای خانواده با فرد مبتلا به بیماری کووید-۱۹**
تعداد مراقبان از فرد بیمار را محدود کنید. بهترین مراقبت کننده از بیماری یک نفر باشد. مراقب فرد بیمار باید دارای سلامت کامل و بدون بیماری زمینه‌ای باشد.
نباید به ملاقات کنندگان اجازه عیادت داده شود.
بعد از هرگونه تماس با فرد بیمار و محیطی که در آن است دست‌های خود را با آب و صابون ضد عفونی کنید.
جهت محدود کردن انتشار ترشحات تنفسی باید ماسک پزشکی در اختیار فرد بیمار قرار داده شود و تا حد امکان از ماسک استفاده شود. (اگر فرد بیمار نمی‌تواند از ماسک استفاده کند، باید حتما در هنگام عطسه و سرفه، جلوی دهان و بینی خود را با دستمال کاغذی بپوشاند و سپس دستمال را به طور صحیح دور بیندازد و دست‌ها را با آب و صابون بشوید).
- شستن صحیح دست‌ها در موارد زیر حتما انجام گیرد:**
۱- بعد از سرفه و عطسه زدن
۲- قبل و بعد از تهیه غذا
۳- بعد از استفاده از سرویس بهداشتی
۴- وقتی دست‌ها به وضوح آلوده هستند.
۵- قبل و بعد از مراقبت از فرد بیمار

- بهداشت محیط و وسایل فرد مبتلا به بیماری کووید-۱۹.**
برای فرد بیمار از ملحفه مخصوص، دستمال و ظروف غذاخوری مخصوص به خود استفاده کنید. وسایل باید بعد از هر بار استفاده با آب و صابون شسته شوند.

دوره آموزشی مراقبت از بیماران کرونایی در منزل

WWW.CORONAVIRUS.COM

COVID-19