

ደረጃ 1 መመሪያ

Coronavirus2019(COVID-19): ለህፃናት ማቆያ ማዕከል የተዘጋጀ መመሪያ

በደረጃ 1 ጊዜ፣ ማህበረሰቡ እና የንግድ ማዕከሎች አዳዲስ አካሄዶችን እና እራሳቸውን ከሚያጋልጡ ነገሮች እንዲጠብቁ ያስፈልጋል። እነዚህ ለህዝብ የሚወጡ የጤና መመሪያዎች የሚያገለግሉት በተለይም ለህፃናት ማሳደጊያ ማዕከሎች የኮቪድ-19 ስርጭት በማህበረሰባችን ውስጥ እንዳይስፋፋ ለማድረግ ያግዛል። ለበለጠ መረጃ coronavirus.dc.gov/phaseone ይህንን ድህረ ገፅ ይጎብኙ።

እነዚህ አዋጆች ለሰራተኞችና ለህፃናት ደህንነት ድጋፍ ያደርጋሉ።

እለታዊ የጤና ምርመራ

- የህፃናት ማሳደጊያ ድርጅቶች ለ ሁሉም ህፃናትና ወደ ማዕከሉ ለሚገቡ ሰራተኞች እለታዊ የጤና ምርመራ ማድረግ ይኖርባቸዋል። አንድ ሰው ምንም አይነት ከበሽታው ጋር በተያያዘ ምልክት ካለበት ወደ ማዕከሉ ባይገባ ይመከራል፤ እናም ደግሞ ለ ማዕከሉ የጤና ባለሙያዎች ደውለው ማሳወቅ ይኖርባቸዋል።
 - ትኩረት ወይም ቅዝቃዜ ፣ በሚተነፍሱበት ጊዜ የመቆራረጥ ወይም ለመተንፈስ የሚያስቸግር ከሆነ፣ ድካም፣ የጡንቻና የሰውነት አካል ህመሞች፣ ራስ ምታት፣ የመቅመስና ማሽተት ስሜትን ማጣት፣ የጉሮሮ ህመም፣ ንፍጥ ወይም ከአፍንጫ የሚወጣ ፈሳሽ፣ ማቅለሽለሽ ወይም ማስመለስ፣ ተቅማጥ፣ ወይም ጥሩ ስሜት ያለመስማት
- አንድ ግለሰብ ከላይ የተዘረዘሩትን ማንኛውም አይነት ምልክት ታይቶበት ከሆነ በዚህ ጊዜ ወደያው አዲስ መንገድን በማቀናጀት ከማዕከሉ እንዲወጡ ማድረግና የህክምና አገልግሎት እንዲያገኙ ማድረግ ያስፈልጋል።
- ማንኛውም ህፃን ወይም የማዕከሉ ሰራተኛ የኮቪድ-19 በሽታ ካለበት ሰው ጋር ግንኙነት ከነበራቸው ህፃኑ ወይም ሰራተኛው ከጤና ባለሙያ ነፃ መሆናቸው እስከሚታወቅ ድረስ ወደ ማዕከሉ ባይገቡ ይመረጣል ወይም የኳራንቲን ጊዜያቸውን ያለምንም የኮቪድ-19 ምልክት ወይም አገግመው እስከሚጨርሱ ድረስ ባይገቡ ይመረጣል።
- ማንኛውም ህፃን ወይም የማዕከሉ ሰራተኛ የኮቪድ-19 የምርመራ ውጤት ከሚጠበቅ ሰው ጋር ግንኙነት ካላቸው ህፃኑ ወይም ሰራተኛው ከህ ሰው ጋር ያለው ግንኙነት ነገቲቭ/ነፃ መሆኑ እስከሚታወቅ ወደ ማዕከሉ ባይገቡ ይመረጣል። በሽታው ካለበት ሰው ጋር ግንኙነት ካለን ከጤና ባለሙያዎች ወይም ከዲ.ሲ ጤና የህክምና መመሪያዎችን ማግኘት ይኖርበታል።

ለበሽታው ተጋላጭ የሆኑ ግለሰቦች

ወደ ህፃናት ማቆያ ማዕከሉ ለሚገቡ ህፃናት ወይም ሰራተኞች ከመግባትዎ በፊት ህይለኛ ህመም ካለባቸው ወይም ለበሽታው ተጋላጭ የሚሆኑ ከሆነ ህክምና ከሚሰጡ ሰዎች ከኮቪድ -19 ነፃ መሆናቸውን ማረጋገጥ ይኖርባቸዋል። ይህም እነዚህን ሰዎች ያካትታል፡-

- ስር የሰደደ በሽታ
- የሚያደክም ህይለኛ አስም
- የጠና የልብ ጋር የተያያዘ ሁኔታዎች
- በሽታን የመቋቋም አቅም ማጣት ጋር የተያያዙ ሁኔታዎች
- ከልክ በላይ ውፍረት (>40 ቦዲ ማስ ኢንዴክስ)
- ስኳር በሽታ
- ስር የሰደደ የኩላሊት በሽታ
- የጉበት በሽታ

- እድሜያቸው 65 እና ከዛ በላይ የሆኑ ሰዎች ወደ ማዕከሉ ከመግባታቸው በፊት የጤና አገልግሎት ማግኘት ይኖርባቸዋል። እናም ማንኛውም ወላጅ ወይም የማዕከሉ ሰራተኛ በዝርዝር ውስጥ የጤና ሁኔታቸው ያልሰፈረ ከሆነ፣ ቅድሚያ ደህንነት ሰለሆነ የጤና ባለሙያዎችን ማማከር ያስፈልጋል።

ንክኪን መገደብ

ከጤና ባለሙያዎች ውጪ የሚደረጉ የፊት መሸፈኛዎች(የፊት መሸፈኛዎች)

ሁሉም ጎልማሳዎች ከጤና ባለሙያዎች ውጪ የሚደረጉ የፊት መሸፈኛዎችን ወይም የፊት መሸፈኛዎች ወደ ህፃናት ማቆያው ከመግባታቸው በፊት ሁል ጊዜ ማድረግ ይኖርባቸዋል። ጎልማሳው የማይመከሩ ወይም ጎጂ የሚሆኑ የህክምና ወይም ማንኛውም እይነት የፊት መሸፈኛዎችን ሚያደርግ ከሆነ ግለሰቡ ወደ ህፃናት ማቆያ ማዕከሉ ባይገባ ይመረጣል።

- ህፃናት እድሜያቸው 2 እና ከዚያ በታች ከሆኑ የፊት መሸፈኛ ማድረግ አይጠበቅባቸውም።
- ህፃናት እድሜያቸው ከሁለት አመት በላይ የሆኑ ከሆነ በወላጆችና በህፃናት ማቆያ ሰራተኞች በጋራ ውሳኔ እንዳይገኙ የፊት መሸፈኛዎችን መጠቀም የሚችሉ ቢሆንም፣ ይህም ሲሆን ጤንነታቸውና አስተዳደግ ተፅዕኖ ፤ለምሳሌ የማፈን ወይም የአተነፋፈስ ችግር ላይ መሰረት በማድረግ የፊት መሸፈኛዎችን ማድረግ ይችላሉ። ህፃናት የፊት መሸፈኛ በሚያደርጉበት ጊዜ ፊታቸውን በተደጋጋሚ የሚነኩ ከሆነ ፣ለቫይረሱ የመጋለጥ እድላቸውን ይጨምራል።

የህክምና ያልሆኑ የፊት መሸፈኛዎችን ወይም የፊት መሸፈኛዎችን የበለጠ ማወቅ ከፈለጉ coronavirus.dc.gov ላይ የተዘጋጀውን መመሪያ መመልከት ይችላሉ።

ማህበራዊ ርቀት

የህፃናት ማቆያ ማዕከሎች ተገቢ የሆነ አካላዊ ርቀት እንዲኖር ለማድረግ፡-

- ከ 10 በላይ የሆኑ ግለሰቦች (ሰራተኞችና ህፃናት) በአንድ ቡድን ውስጥ እንዳይቆዩ ማድረግ
- በእያንዳንዱ ሰዎች መካከል የ 6 ጫማ ያህል ርቀት እንዲኖር ማድረግ
- ህፃናትና ሰራተኞችን በየቀኑ አንድ ላይ እንዲሆኑ ማድረግ(አስተማሪዎቹንና ህፃናቱን በታቸውን እንዳይቀያየሩ መቃወም)፤
- አላስፈላጊ ጎብኚዎችን መገደብ፤
- በቡድኖቹ መካከል መቀላቀል እንዳይኖር ማድረግ ይህም ከህንፃው በሚገቡበትና በሚወጡበት ጊዜ፣በመመገቢያ ሰዓት ላይ፣በመኝታ ክፍላቸው፣በመጫወቻ ቦታዎች፣በመተላለፊያዎች እናም ሌሎች የሚጋሯቸውን ቦታዎችን ይጨምራል።
- ብዙ ተግባሮችና እንዲሁም ህፃናቱ በሚቀመጡበትና በሚነሱበት ጊዜ እንዳይቀረረቡ ማድረግ ያስፈልጋል፤ለምሳሌ ክብ ሰርተው በሚጫወቱበት ጊዜ
- በፈረቃ በሚገቡበትና በሚወጡበት ጊዜ ወይም ሌሎች መመሪያዎችን በመደንገግ ይህም ደግሞ እንዳይሰበሰቡና ከወላጆች ጋር ያለው ግንኙነትን ማስቀረት ያስፈልጋል።
- የመንገድ ላይ ወይም ከቤት ውጪ በሚወጡበትና በሚገቡበት ጊዜ
- ጉዞዎችን እንዳደርጉ ማድረግ

ክፍፍል

10 ሰዎችን ብቻ በአንድ ክፍል ውስጥ እንደ ቡድኑ እንዲቆዩ ማድረግ ይሁን እንጂ ለአንዳንድ ህፃናት ማቆያ ማዕከሎች ለሰራተኞችና ለቤተሰባቸው ህፃናት ማቆያውን ማከፋፈል። ብዙ ቁጥር ያላቸውን ህፃናት በአንድ ክፍል ውስጥ ማስቀመጥ ሊኖርብን ይችላል። ስለዚህ ከዚህ በታች የሚገኙት የህዝብ የጤና ምክሮች የህፃናት ማቆያ ማዕከሉ ውስጥ የሚገኙትን ብዙ ቡድኖች ከፋፍሎ ለመያዝ ያግዛሉ፡-

- የህፃናት ማቆያው 10 ለሚሆኑ ሰዎች እንደ ቡድን ክፍሎ መያዝ ያስፈልጋል
- የተከፋፈለው ክፍልም ቢያንስ 7 ጫማ ያህል ርዝመትና ጠጣር ከሆነ ግብዓት የተሰሩ መሳሪያዎች መጠቀምና ምንም አይነት ክፍተትና ቀዳዳ እንዳይኖር ማድረግ ያስፈልጋል።
- በእያንዳንዱ ጎን ክፍሎቹ ቢያንስ የ 6 ጫማ ያህል ርቀት እንዲኖራቸው ማድረግ ይኖርባቸዋል።
- ክፍሎቹ መሸፈን ያስፈልጋቸዋል
- የተከፋፈሉት ክፍሎችም የግድ የደህንነት መሳሪያዎችን መያዝ ያስፈልጋል ይህም ለአደጋ የሚያጋልጥ መሆን የለበትም፣አየር እንዲያገኙ ሆኖ መሰራት ያስፈልገዋል፣የአሳት ማጥፊያ መሳሪያዎች መግጠም ያስፈልጋል እናም ሌሎች የደህንነት መጠበቂያ መሳሪያዎች በትክክል መቀመጥ ይኖርባቸዋል።

ፅዳትና ፀረ-ተዋህሲያንን መርጨት

ሁሉም የህፃናት ማቆያ በመመሪያው መሰረት ማፅዳትና በፀረ-ተዋህሲያን እና በሲ.ዲ.ሲ የዘመነውን የህፃናት መመሪያ በመታገዝ በአግባቡ ስፍራዎችን ማፅዳት፣መጫወቻዎችንና መሳሪያዎችን ማፅዳት ያስፈልጋል።

- በምናፀዳበት ጊዜ በአግባቡ ማፅዳትና በፀረ-ተዋህሲያን በመታገዝ እጅ የሚበዘባቸውን ቦታዎች እንዲሁም የበር እጅታዎች፣ ደንበሮች፣የሙብራት ማብሪያና ማጥፊያዎች፣ የሊፍት መክፈቻዎች፣ ሽንት ቤቶችና የቧንቧ መክፈቻዎችን በአግባቡ ማፅዳት ይኖርብናል።
- መጫወቻዎች ማለትም በቤት ውስጥና ከቤት ወጪ ለመጫወቻ የሚያገለግሉ የግድ በየቀኑ መፅዳት ና ባክቴሪያዎች እንዳይኖሩ በተደጋጋሚ ማፅዳት ያስፈልጋል።
 - መጫወቻዎች ማለትም ህፃናት በአፋቸው የሚይዟቸው ከሆነ ወይም ከአፈር ጋር ተያያዥ የሆኑ ከሆነ ወይም ከህፃናቱ ማራቅ ያስፈልጋል። እነዚህ መጫወቻዎች ሌሎች ህፃናት ከመጫወቻቸው በፊት ጓንት በማድረግ የ የግድ መፅዳትና ሳኒታይዥስ መደረግ አለባቸው።
- ህፃናቱ በመጫወቻዎቹ ከመጫወቻቸው በፊት ሁሉንም ማፅዳቻዎቹ፣ሳኒታይዥሮችና የፀረ ተዋህሲያን ምርቶችን ከመጠቀማችን በፊት የአምራቾቹን የአልኮል መጠን ማወቅ፣አጠቃቀሙን፣የ ቆይታ ጊዜውን እና ለመድረቅ የሚፈጅበትን ሰዓት ማወቅ ያስፈልጋል። የሲ.ዲ.ሲን መመሪያ በመጠቀም በጥንቃቄና ትክክለኛውን የፀረ ተዋህሲያን አጠቃቀምን ማየት ይችላሉ።
- በማንኛውም ክፍል ውስጥ የማፅዳት መሳሪያዎችን ማስቀመጥ ያስፈልጋል።

የህንፃዎች አሰራር በተመለከተ

የህፃናት ማቆያ አገልግሎት ሰጪዎች እንደገና ከተዘገቡት ከተከፈቱ በኋላ የአየር ማጣሪያ ፣የውሀ መስመር ዝርጋታ(ለምሳሌ የቧንቧ መክፈቻዎች፣የውሃ መጠጫዎች፣ለማስዋብ የምንጠቀማቸው ውሃዎችን)ለመስጠቀም ዝግጁ ማድረግ አለብን።

- የአየር ማጣሪያዎቹ በትክክል እንደሚሰሩ ማረጋገጥ እና አየር እንዲገባና እንዲወጣ ማድረግ ያስፈልጋል፤ለምሳሌ መስኮቶችን በሮችን መክፈት በተቻለ መጠን የአየር ዝውውርን መጨመር ይህም ደግሞ ከተከፈቱ በኋላ አየር እንደልብ እንዲወጣና እንዲገባ ያደርጋል። የህፃናቱን ደህንነትን የሚያሰጋ ወይም ለጤና

ችግር የሚያጋልጥ ከሆነ የማዕከሉን በርና መስኮቶችን አትከፈቱ(ለምሳሌ አተነፋፈሱ ላይ ችግር የሚያመጣ ከሆነ፣የአስም በሽታ የሚያጋልጥ ከሆነ)

- የውሀ መስመሩ ከሽንት ቤቱ ጋር የተያያዘና የተኛ ውሀ ከሆነ ውሃውን በንፁህ ውሃ መቀየር ያስፈልጋል። ይህም ማንኛውንም አይነት ብረት ያስወግዳል(ለምሳሌ እንደ ሊድ) ይህም ከውሃ ውስጥ ለይቶ የሚያወጣና ከ ጊኒዮርን በሽታ እናም ደግሞ ከውሃ ጋር የሚያያዙ በሽታዎች የመያዝ እድልን ይቀንሳል። [ደረጃ](#) ለዚህ ሂደት ሲዲሲ ድህረ ገፅ ላይ ማግኘት ይችላሉ።

ለበሽታው ተጋላጭ የሆኑና ኮቪድ-19 በሽታ ጋር የተያያዙ ጉዳዮች

ህፃናት ማቆያ ማዕከሉ ህፃኑ ወይም የማዕከሉ አባል ኮቪድ-19 የተያዘ ከሆነ ለህፃናት ማዕከሉ አስፈላጊ የሆኑ ነገሮች፡-

1. የበሽታውን የዘገባ ማስታወሻ ለ ዲሲ ጤና ማዕከል ማስገባት ይኖርበታል የዲሲ ጤናና ተላላፊ በሽታዎች dchealth.dc.gov/service/infectious-diseases እዚህ ድህረ ገፅ ማግኘት ይችላሉ።
2. ማዕከሉን ለ1-2 ቀን መዘጋትና ከዲሲ ጤና ማዕከሎች ጋር በመቀናጀት ስለ ቀጣዩ ሁኔታ መወያየት ይኖርባቸዋል።

ከዚህ በላይ ያሉት መመሪያዎች ይህ እስከሚወጣ ድረስ ያሉትን ሁሉ ያካተተ ነው። አባክዎን coronavirus.dc.gov በመጎብኘት መደበኛና አሁን ላይ የደረሱትን መረጃዎች ለማግኘት መጠቀም ይችላሉ።