

## اقدامات پیشگیرانه برای جلوگیری از انتشار بیماری کووید-۱۹ در بازگشایی دانشگاه ها

### مقدمه:

دانشگاه ها و دانشسراها از جمله مهمترین و حساس ترین مراکزی هستند که نقش عمده در استقلال و یا وابستگی کشور دارند، چرا که اکثر مدیران جامعه از بین فارغ التحصیلان دانشگاه ها و مراکز تعلیم و تربیت انتخاب می شوند. دانشجویان ذخایر یک ملت هستند، مقدرات مملکت در آینده به دست دانشجویان امروز است. شئون مختلفه کشور در دست دانشجویان است که آتیه کشور را آنها باید اداره بکنند. سعادت یک مملکت کلیدش به دست معلم و دانشجو است. بنابراین هر مملکتی در عالم، هر کشوری در عالم موجودیتش بسته است به دست دانشجو و معلم. شرایط خاص و پیچیده حاصل از همه گیری ویروس کرونا، امکان فعالیت های جمعی را از دانشجویان سلب کرده است. از یک سو کلاس های درس تشکیل نمی شوند و از سوی دیگر کلاس های آنلاین نیز کیفیت مطلوب و مورد نظر را ندارند. زیرا هم تعامل استاد و دانشجو در چنین کلاس هایی بسیار دشوار است و هم دانشجویان از حضور در فضای پرشور و نشاط دانشگاه محروم هستند. این مسئله به ویژه برای دروس عملی بیش از پیش احساس می شود. دانشجویان دیگر نمی توانند در دروس عملی خود در آزمایشگاه ها حاضر شوند، قادر به استفاده از امکانات مختلف یک مرکز دانشگاهی همچون کتابخانه، سالن مطالعه، خوابگاه، غذاخوری، زمین ورزشی و مانند آن نیستند و باید با فشار روانی ناشی از همه گیری ویروس کرونا نیز روبرو باشند. در روزهای کرونایی یکی از مشکلات دانشگاهیان این بود که واحدهای عملی دانشجویان را نمی توان مجازی برگزار کرد به دنبال بازگشایی ها ستاد ملی مقابله با کرونا تصمیم گرفت که دانشگاه ها نیز بازگشایی شوند. وزارت علوم و بهداشت به عنوان دو وزارتخانه متولی آموزش عالی کشور تصمیم گرفتند تا اختیار بازگشایی را به واحدهای دانشگاهی محول کنند چرا که امکانات در همه دانشگاه ها یکسان نیست و برخی واحدهای دانشگاهی امکان شرایط ایمن در روزهای کرونایی برای حضور دانشجویان را ندارند. رعایت بهداشت فردی برای پیشگیری از ابتلا به کرونا در زمان برگزاری امتحانات و واحدهای عملی بسیار حائز اهمیت است و دانشجویان باید برخی نکات را در خوابگاه و کلاس های درس رعایت کنند. هدف از این گزاره برگ ارائه اقدامات مؤثری است که در زمان بازگشایی دانشگاه ها می توان مفید باشد.

## اقدامات و توصیه های بهداشتی پیشنهادی برای دانشجویان پس از بازگشایی دانشگاه ها

- ۱- در محیط دانشکده، سر کلاس و در پویون و کتابخانه ماسک بزنید.
- ۲- دست ها را مرتباً با آب و صابون حداقل به مدت حداقل ۲۰ ثانیه شسته بشوید.
- ۳- از لمس چشم، دهان و بینی خودداری کنید و بدانید که کوتاه بودن ناخن از ضروریات رعایت بهداشت فردی هست حتما رعایت کنید.
- ۴- از فتنجان، وسایل غذا و نوشیدنی شخصی استفاده کنید.
- ۵- فاصله گذاری اجتماعی، فاصله ۱-۲ متری (حداقل یک متر) را حتما رعایت کنید.
- ۶- از تجمع در اتاق کار، آبدارخانه، اتاق کپی و غیره اجتناب کنید.
- ۷- از دست دادن و روبوسی کردن با یکدیگر پرهیز کنید.
- ۸- در کلاس و پویون، نمازخانه و کتابخانه پنجره ها را باز بگذارید یا از تهویه مصنوعی استفاده کنید به طوری که جریان هوا به خوبی در محیط برقرار باشد.

## توصیه های بهداشتی به دانشجویان هنگام حضور در خوابگاه

- ۱- مقررات عمومی کنترل و پیشگیری کرونا ویروس در خوابگاه ها رعایت شود.
- ۲- ممنوعیت تجمع بیش از سه نفر در مکان های عمومی خوابگاه
- ۳- عدم پذیرش مهمان و ملاقات کننده از خارج خوابگاه
- ۴- عدم استعمال دخانیات در محیط خوابگاه
- ۵- خودداری دانشجویان از رها کردن ظروف در آشپزخانه
- ۶- ممنوعیت مکالمه با تلفن همراه در مکان های عمومی و راهروها
- ۷- تعطیل بودن محل های تجمع شامل سالن غذاخوری، نمازخانه، سالن ورزشی، سالن IT و در صورت بازگشایی، رعایت حداقل شرایط استاندارد و فاصله ۱-۲ متر (حداقل یک متر) در این مکان ها
- ۸- تعطیلی کلیه صنوف فعال در محوطه خوابگاه و دانشگاه نظیر آرایشگاه و یا در صورت بازگشایی، رعایت حداقل شرایط استاندارد و فاصله ۱-۲ متر (حداقل یک متر) در این مکان ها
- ۹- محدودیت خروج دانشجویان حاضر در خوابگاه به جز برای حضور در بیمارستان دانشگاه/دانشکده. مسوولیت بررسی این موضوع با مسئول خوابگاه است.

## اقدامات پیشنهادی برای مدیریت خوابگاه ها

- ۱- ظرفیت خوابگاه ها به کمتر از ۵۰ درصد و نصف ظرفیت اسمی کاهش یابد.
- ۲- افراد ساکن در یک اتاق حداکثر ۲ نفر باشند و فاصله یک تا دو متر (حداقل یک متر) بین آنها رعایت شود.
- ۳- استفاده از تخت های دو طبقه در خوابگاه ممنوع است. (در تخت های دو طبقه فقط یک نفر قرار بگیرد)
- ۴- کلیه افراد شامل دانشجویان و کارکنان ساکن در خوابگاه در سامانه خود اظهاری وزارت بهداشت ثبت نام کنند.
- ۵- تیمی از کارکنان و کارگران به منظور نظافت روزانه خوابگاه تشکیل شود.
- ۶- قبل از بازگشایی عمومی خوابگاه، ابتدا کل محیط ضد عفونی شود.
- ۷- امکانات نظافت و حفاظت شخصی مانند صابون، مواد شوینده و مواد ضد عفونی کننده، برای استفاده کارکنان و دانشجویان در مواقع لزوم در دسترس باشد
- ۸- دانشجویان و کارکنان خوابگاه از نظر تب و علائم احتمالی بیماری شامل سرفه، عطسه و تنگی نفس هنگام ورود به خوابگاه و به منظور شناسایی زودرس افراد مبتلا به طور روزانه چک شوند.
- ۹- از ضد عفونی کردن مرتب قسمت هایی نظیر نرده ها، دستگیره ها، میزها، صندلی ها و نقاطی که در تماس مشترک افراد هستند (روزانه یک نوبت)، تمام تجهیزات نظافتی بلافاصله بعد از استفاده، قسمت کارگران و کارکنان، آشپزخانه، سالن غذاخوری و سالن شست و شوی لباس، تمام سطوح پر تماس (نظیر دستگیره درب ها، تلفن ها، میزها و پیشخوان ها، کیبوردها و...) به طور روزانه اطمینان حاصل شود.
- ۱۰- از وجود سطل های زباله پدالی و قرار دادن کیسه های پلاستیکی درون آنها در سالن های غذاخوری، از پوشیده بودن درب سطل های زباله در تمام مدت و گره زدن مناسب کیسه های زباله قبل از دفع آنها و تمیز کردن فوری نشت مواد زائد کیسه های زباله اطمینان حاصل شود.

### References:

1. Considerations for Institutions of Higher Education
2. Cheng S-Y, Wang CJ, Shen AC-T, Chang S-C. How to safely reopen colleges and universities during COVID-19: experiences from Taiwan. Annals of Internal Medicine 2020;173:638-41
3. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/colleges-universities/index.html>

### تهیه کننده:

دکتر فرشته سهرابی وفا، استادیار آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت،  
دانشگاه علوم پزشکی دزفول