



Aprūpes partnerība

Kopīgas rūpes

Informācija personām, kuras apmeklē klientus un strādā brīvprātīgo darbu senioru aprūpes iestādē



Australian Government
Aged Care Quality and Safety Commission

Engage
Empower
Safeguard



Saturs

Jūsu un apmeklējamā seniora drošība	3
Roku higiēna	6
Maskas nēsāšana	9
Ieteikumi par IAL lietošanu	13
Infekcijas izplatīšanās ierobežošana uzliesmojuma laikā	14
KontROLSaraksts. Senioru aprūpes iestādes apmeklējums slimības uzliesmojuma laikā	17
Kas ir Aprūpes partnerības programma?	21
Apliecinājums	23



Jūsu un apmeklējamā seniora drošība

Senioru aprūpes pakalpojumu kvalitātes un drošības komisija ir sagatavojusi materiālus, lai palīdzētu ģimenes locekļiem un tuviem draugiem uzturēt sociālo saikni un svarīgas aprūpes attiecības ar senioru aprūpes iestādes klientiem pat slimību uzliesmojumu laikā. Šī informācija uzlabos jūsu spēju novērst patogēnu izplatību.

Kādu informāciju šeit atradīsiet?

Šajos materiālos ir iekļauta šāda informācija:

- jūsu un aprūpējamās personas drošība;
- roku higiēna;
- maskas nēsāšana;
- infekcijas izplatīšanās ierobežošana uzliesmojuma laikā;
- senioru aprūpes iestādes apmeklēšana slimības uzliesmojuma laikā.

Komisija ir arī izstrādājusi tiešsaistes apmācību moduļus, kuros ir ietverta būtiska šajā darbagrāmatā iekļautā informācija. Moduļus varat skatīt [komisijas tīmekļa vietnē](#).

Kāpēc infekciju profilakse un kontrole ir svarīga?

Seniori ir vieni no visneaizsargātākajiem mūsu sabiedrības locekļiem. Tas īpaši attiecas uz infekciju un infekcijas slimību ietekmi. Ja apmeklējat kādu senioru, kurš ir aprūpes iestādes klients, jums jāievēro pareizas infekciju profilakses un kontroles prakse.

Apmeklējot senioru aprūpes iestādi, vienmēr jāveic noteiktas darbības. Dažkārt, pat jūtoties labi, cilvēki var būt infekciozi, to neapzinoties. Tāpēc visām jūsu veiktajām darbībām var

būt liela nozīme, un tās var palīdzēt apturēt infekcijas slimību, piemēram, gastrointestinālo slimību, gripas un Covid-19, izplatību, lai jūs varētu aizsargāt sevi un citus.

Atcerieties!

- Visām personām ir noteikta loma infekciju profilaksē un kontrolē.
- Ir svarīgi ievērot visas vadlīnijas un prasības, ko noteikusi senioru aprūpes iestāde. Lai saņemtu vairāk informācijas par senioru aprūpes iestādes prasībām, sazinieties ar senioru aprūpes iestādi.
- Uzliesmojuma gadījumā veicamās darbības atšķirsies, jo tad jāievēro papildu piesardzības pasākumi. Lai saņemtu vairāk informācijas par gadījumiem, kad senioru aprūpes iestāde reaģē uz uzliesmojumu, skatiet [uzliesmojuma kontrolesarakstu](#).
- Visiem klientiem ir tiesības saglabāt sociālās attiecības, kas ietver vismaz vienu apmeklētāju uzliesmojuma laikā. Komisijas faktu lapā [Droša apmeklētāju piekļuve senioru aprūpes iestādei](#) ir vairāk informācijas par dažādiem senioru aprūpes iestādes apmeklētāju veidiem un senioru aprūpes pakalpojumu sniedzēju pienākumu nodrošināt drošu piekļuvi apmeklētājiem.



Aizsardzības pasākumi

Pirms došanās uz senioru aprūpes iestādi

- Pālieciet mājās, ja nejūtaties labi.
- Ņemiet vērā brīdinājumus par sabiedrības veselību, kas var ietekmēt jūsu apmeklējumu.
- Ņemiet vērā senioru aprūpes iestādes apmeklējumu kārtību.
- Sekojiet apmeklējumiem piemērojamajām vakcinācijas prasībām (piemēram, attiecībā uz Covid-19 un gripu) un uzturiet aktuālu savu potēšanas pasi.

Apmeklējuma laikā



Roku mazgāšana un dezinficēšana

Kāpēc? Patogēni var izplatīties kontakta ceļā. Tas notiek, inficētajai personai pieskaroties citai personai vai priekšmetam, kuram pēc tam pieskaras cita persona. Jūs varat nezināt, ka uz jūsu rokām ir nonākuši patogēni.



Klepošana vai šķaudīšana elkonī vai salvetē

Kāpēc? Vīrusi var tikt pārnesti, inficētai personai klepojot vai šķaudot, kad gaisā izplatās siekalu pilieni vai daļiņas. Klepojot plaukstās, šos vīrusus var viegli pārnest uz lietām, kam pēc tam pieskaroties. Pēc salvetes lietošanas rokas vienmēr ir jānomazgā.



Apmeklējuma laikā



Instrukciju ievērošana

Kāpēc? Iepazīšanās ar rakstveida paziņojumiem un personāla norāžu izpilde ļaus izprast attiecīgās iestādes prasības



Maskas nēsāšana

Kāpēc? Masku un citu individuālās aizsardzības līdzekļu (IAL) lietošana palīdz samazināt risku, ka jūs vai kāds cits ieelpos vai izplatīs infekcijas daļiņas runāšanas, klepošanas un šķaudīšanas laikā.



Kad vien iespējams, saglabājiēt distanci (1,5 m), jo īpaši tad, kad cilvēki ir slimi.

Kāpēc? Tuvumā esošām personām ir liels risks, ka tās varētu ieelpot inficētās personas siekalu pilienus vai daļiņas. Koplietošanas telpās ir jāievēro 1,5 m distance, ja arī personai, kuru aprūpējat vai ar kuru kopā pavadāt laiku, nav jāievēro sociālās distancēšanās noteikums.



Loga atvēršana

Kāpēc? Loga atvēršana, kad vien tas iespējams, var palīdzēt dabiski izvēdināt gaisā esošās infekciozās daļiņas. Jautājiēt personālam, pirms atverat logu.

Pēc apmeklējuma



Piezvaniet senioru aprūpes iestādes vadītājam šādos gadījumos:

- jūs jūtaties slikti, jo apmeklējuma laikā, iespējams, bijāt inficēts(-a);
 - jums ir jautājumi vai bažas.
-



Roku higiēna

Roku higiēna nozīmē roku mazgāšanu un dezinficēšanu. Tā ir nozīmīga aizsardzības nodrošināšanai un sevis un citu personu pasargāšanai no saslimšanas. Rokas ir jāmazgā un jādezinficē, ieejot senioru aprūpes iestādē, lai novērstu patogēnu izplatīšanos.

Ir divi veidi, kā mazgāt un dezinficēt rokas:

- dezinfekcijas līdzekļa lietošana;
- roku mazgāšana.

Kad dezinficēt rokas ar dezinfekcijas līdzekli?

Rokas ar dezinfekcijas līdzekli jādezinficē šādos gadījumos:

- ieejot vai izejot no senioru aprūpes iestādes;
- pirms ieiešanas seniora istabā;
- pēc pieskaršanās ieejas durvju zvanam, durvju rokturiem un margām, kā arī virsmām un priekšmetiem, kam bieži pieskaras;
- pēc izešanas no seniora istabas.



Lai skatītu video par roku tīrīšanu ar dezinfekcijas līdzekli, skenējiet kreisajā pusē esošo QR kodu vai pārlūkā ievadiet šādu saiti:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-sanitiser-video-partners-care>

Kad man jāmazgā rokas?

Rokas ir jāmazgā ar ziepēm un ūdeni šādos gadījumos:

- ja pieskaraties jebkam, kas izskatās netīrs;
- ja rokas ir redzami netīras;
- pēc tualetes apmeklējuma.

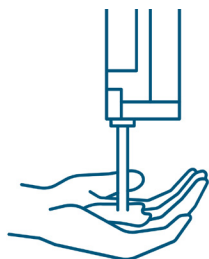


Lai skatītu video par roku tīrīšanu ar dezinfekcijas līdzekli, skenējiet kreisajā pusē esošo QR kodu vai pārlūkā ievadiet šādu saiti:

<https://www.agedcarequality.gov.au/resources/hand-hygiene-washing-hands-soap-video-partners-care>



Kā dezinficēt rokas ar dezinfekcijas līdzekli?



1. Uzklājiet dezinfekcijas līdzekli

- Nospiediet dozatoru 1 vai 2 reizes tieši uz rokām.
- Pārliecinieties, ka ir pietiekami dezinfekcijas līdzekļa, lai pārklātu plaukstu.



2. Saberzējiet rokas

- Salieciet kopā plaukstu.
- Ieberzējiet dezinfekcijas līdzekli plaukstās.



3. Berzējiet plaukstu augšdaļu

- Novietojiet plaukstu vienu virs otras.
- Salieciet kopā pirkstus un izberzējiet pirkstu starpas uz augšu un uz leju.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



4. Salieciet kopā pirkstus

- Salieciet kopā plaukstu.
- Salieciet kopā pirkstus un izberzējiet pirkstu starpas uz augšu un uz leju.



5. Noberzējiet pirkstu aizmugurējo daļu

- Salieciet vienas rokas pirkstus un berzējiet pret otru plaukstu ar apļveida kustībām.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



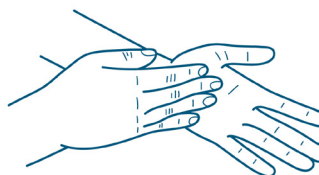
6. Berzējiet īkšķus

- Berzējiet īkšķi ar otras rokas plaukstu uz augšu un uz leju.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



7. Berzējiet plaukstu ar pirkstu galiem

- Berzējiet vienas rokas pirkstu galus pret otras rokas plaukstu ar apļveida kustībām.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



8. Ieberzējiet dezinfekcijas līdzekli plaukstu locītavās



9. Gaidiet, kamēr dezinfekcijas līdzeklis nožūst.

- Neizmantojiet dvieļi, lai nožāvētu rokas.



Kā mazgāt rokas ar ziepēm un ūdeni?



1. Samitriniet rokas

- Atgrieziet krānu un samitriniet rokas.
- Ūdenim jāturpina tecēt, kamēr pabeidzat visas darbības, lai gan rokas nedrīkst skalot līdz pat mazgāšanas procesa beigām.



2. Saziepējiet

- Saberzējiet plaukstu.
- Pārliecinieties, ka ir pietiekami ziepju.
- Berzējot plaukstu, ziepēm jāveido putas.



3. Berzējiet plaukstu augšdaļu

- Berzējiet vienas rokas plaukstu pret otras rokas plaukstu augšdaļu.
- Salieciet kopā pirkstus un izberzējiet pirkstu starpas uz augšu un uz leju.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



4. Salieciet kopā pirkstus

- Salieciet vienu plaukstu pret otru.
- Salieciet kopā pirkstus un izberzējiet pirkstu starpas uz augšu un uz leju.



5. Noberzējiet pirkstu aizmugurējo daļu

- Salieciet vienas rokas pirkstus un berzējiet pret otru plaukstu apļveidā.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



6. Berzējiet īkšķus

- Berzējiet katru īkšķi ar otras rokas plaukstu uz augšu un uz leju.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



7. Berzējiet plaukstu ar pirkstu galiem

- Berzējiet vienas rokas pirkstu galus pret otras rokas plaukstu ar apļveida kustībām.
- Tad atkārtojiet ar otru roku.



8. Noskalojiet rokas

- Palieciet plaukstu zem krāna un noskalojiet ziepes.
- Kad vien iespējams, izmantojiet elkoni, lai aizgrieztu ūdens krānu. NEIZMANTOJIET PLAUKSTAS.



9. Nožāvējiet rokas

- Izmantojiet tīru papīra dvieli, lai nožāvētu rokas.
- Neizmantojiet auduma dviļus.

Pēc roku mazgāšanas nepieskarieties izlietnei, krānam vai atkritumu tvertnei, jo tad rokas būs jāmazgā vēlreiz.



Maskas nēsāšana

Kāpēc man jānēsā maska?

Maskas nēsāšana ir svarīga, lai pasargātu sevi no saslimšanas. Tā arī palīdz pasargāt apmeklējamo vai aprūpējamo personu. Iespējams, ka citās vietās lietojāt auduma vai ķirurģisko masku. Citas maskas sauc arī par respiratoriem.

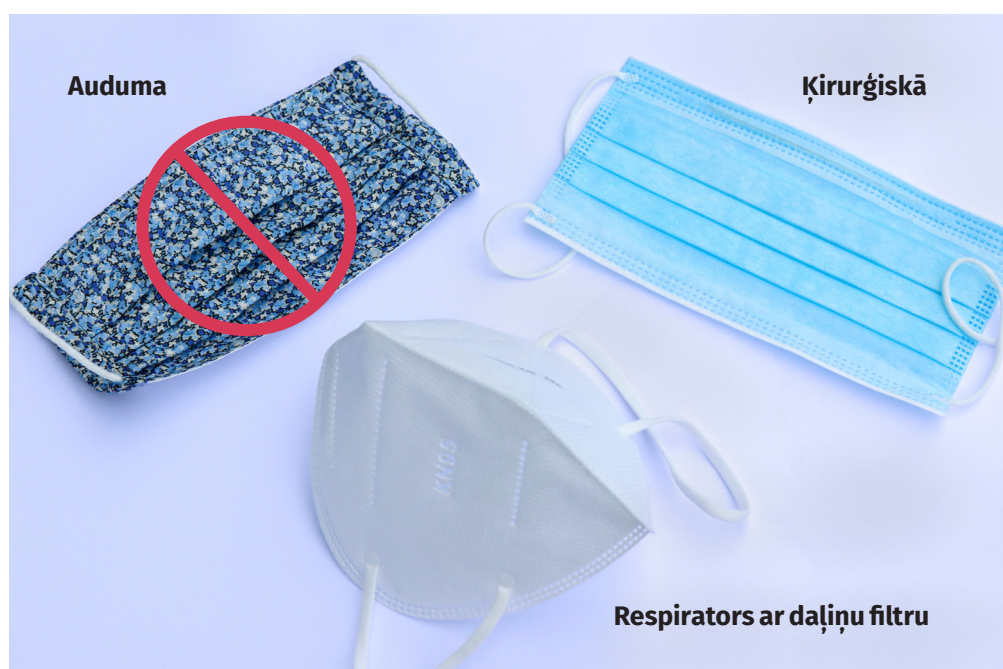
Senioru aprūpes iestādē ir jānēsā atbilstoša maska, lai novērstu dažādu patogēnu, tostarp saaukstēšanās, gripas un Covid-19 vīrusu, izplatību. Cilvēki var izplatīt patogēnus, pat ja viņiem nav simptomu.

Kāda maska man jānēsā?

Lai aizsargātu sevi un citus, ir jānēsā ķirurģiskā maska vai respirators ar daļiņu filtru (PFR, P2 vai N95 maska). Auduma maskas nav tik efektīvas un nav piemērotas lietošanai senioru aprūpes iestādē.

Jūsu maskai ir jāpieguļ un jāpārklāj deguns un mute.

Ieteicams gludi noskūties (vai gandrīz gludi noskūties), jo pierādījumi liecina, ka bārdas dēļ maska var cieši nepieguļt degunam un mutei. Ja maska pietiekami cieši nepieguļ, var palielināties patogēnu izplatīšanās risks, apdraudot cilvēkus.





Cik bieži ir jāmaina mana maska?

Ķirurģiskās maskas, P2 un N95 maskas NEVAR lietot atkārtoti. Katru reizi, apmeklējot senioru aprūpes iestādi, ir jāuzliek jauna maska. Tad masku var izmantot ne ilgāk par 4 stundām, ja vien tā nekļūst mitra vai bojāta. Ja maska kļūst mitra vai bojāta, tā ir nekavējoties jānomaina.

Noņemot masku, tā ir jāizmet atkritumu tvertnē, un jāuzliek jauna maska.

Uzliesmojuma gadījumā izlietotās maskas jāizmet īpašā atkritumu tvertnē. Personāls saistībā ar šo sniegs atbalstu.

Atcerieties, ka uzreiz pēc maskas izmešanas ir jādezinficē rokas.

Kā uzlikt ķirurģisko masku?



1. darbība. Dezinficējiet rokas ar dezinfekcijas līdzekli.



2. darbība. Turiet masku aiz cilpām, uzlieciet to uz sejas un aizlieciet cilpas aiz ausīm.



3. darbība. Pārliecinieties, ka maska nosedz muti un degunu un ka starp seju un masku nav atstarpes, saspiediet deguna daļu ap degunu.



4. darbība. Nēsāšanas laikā nepieskarieties maskas priekšējai daļai.



Kā uzlikt P2 vai N95 masku?



1. darbība. Dezinficējiet rokas ar dezinfekcijas līdzekli.



2. darbība. Atveriet masku ar iekšējo daļu uz augšu. Atveriet paneļus un atbrīvojiet cilpas. Maskas augšdaļā ir metāla stīpiņa. To ir paredzēts uzlikt uz deguna. Nedaudz to salieciat atbilstoši deguna formai.



3. darbība. Turiet masku ar rokām no ārpuses, lai tai būtu sfēriska forma un cilpas atrastos ap jūsu pirkstiem.



4. darbība. Uzlieciat masku uz sejas zem zoda tā, lai maskas deguna daļa atrastos pāri deguna augšdaļai.



5. darbība. Turiet masku no ārpuses ar vienu roku un pārvelciat maskas apakšējo cilpu pāri galvai. Novietojiet cilpu uz kakla aizmugurējās daļas zem ausīm.



6. darbība. Pārļieciat augšējo cilpu pāri galvai un novietojiet uz galvas augšdaļas.



7. darbība. Pielāgojiet cilpas. Tās nedrīkst būt sagriezušās.



8. darbība. Pielāgojiet masku pie vaigiem un zoda.



9. darbība. Vienmēr izmantojiet abas rokas, lai pielāgotu un saspiestu metāla daļu ap degunu, spiežot to uz iekšu sejas virzienā.



10. darbība. Ar pirkstiem virzienā uz leju saspiediet metāla daļu abās deguna pusēs.



11. darbība. Pārļiecinieties, ka sejas apmatojums, mati un auskari neatrodas maskā.



12. darbība. Piespiediet sejai, vaigiem un degunam.



Lai noskatītos video par P2 vai N95 maskas uzlikšanu un piegulšanas pārbaudi, noskenējiet QR kodu vai savā pārlūkā ievadiet šādu saiti: <https://www.agedcarequality.gov.au/resources/wearing-mask-video-partners-care>

Kā pārlicināties, ka P2 vai N95 maska man pieguļ?



1. darbība. Uzmanīgi uzlieciet plaukstu uz maskas malas.



2. darbība. Dziļi ievelciet elpu, neizelpojiet vairākas sekundes, lai pārlicinātos, ka maska ieliecas uz iekšu.



3. darbība. Izelpojiet, pārlicinieties, ka maska izliecas uz āru. Pārbaudiet, vai nenoplūst gaiss.

Ir svarīgi, lai maska pareizi piegultu un varētu novērst vīrusu iekļūšanu ieelpošanas laikā. Lai pārbaudītu, vai maska pieguļ, veiciet tālāk aprakstītās darbības.

- Uzmanīgi uzlieciet plaukstu uz maskas ārējās malas, kamēr izpildāt divas tālāk norādītās darbības, lai pārbaudītu, vai gar maskas sāniem vai augšdaļu nenoplūst gaiss.
 - **1. DARBĪBA:** dziļi ievelciet elpu, maskai būtu jāieliecas uz iekšu.
 - **2. DARBĪBA:** izelpojiet, maskai būtu jāizliecas uz āru.
- Ja gaiss noplūst gar maskas malām. Maniet maskas novietojumu, salieciet deguna daļu un mainiet elastīgās cilpas atrašanās vietu.
- Ja gaiss noplūst gar degunu. Maniet deguna daļas izliekumu, lai tā cieši piegultu degunam.

Ja masku nav iespējams pielāgot, lūdziet palīdzību kādai senioru aprūpes iestādē esošai personai. Tas var ietvert cilpu pārbaudi un vai nekas nav iekēries maskas malās (piemēram, auskars vai mati).

Ja maska ir jāpielāgo piegulumam pārbaudes laikā, piegulsana ir vēlreiz jāpārbauda pēc maskas pielāgošanas. Ja maska joprojām labi nepieguļ, izmēģiniet cita veida masku. Mūsu sejas atšķiras, un dažas maskas pieguļ labāk nekā citas.



Ieteikumi par IAL lietošanu

- Maskas var būt ciešas un neērtas. Vaicājiēt personālam, lai pārbaudītu, vai maska ir uzlikta pareizi. Cilpas nedrīkst būt salocītas vai saburzītas. Maskas malas nedrīkst būt salocītas uz ādas, sarullējušās vai saburzītas.
- Pirms un pēc apmeklējuma, kura laikā lietojat masku, sejas āda ir jāmitrina.
- Pirms IAL lietošanas atspaudiet vai sasieniet matus. Ar roku, kurai uzvilks cimdus, nesniedzieties zem sejas aizsega, lai sakārtotu matus.
- Lai panāktu, ka maska labi pieguļ, ir gludi jānoskujas.
- Padomājiēt par to, kas jums varētu būt nepieciešams, pirms uzvelkat IAL. Nesniedzieties kabatās vai somās zem IAL, nenovelciet apģēbu, kamēr lietojat IAL, jo tas izraisa piesārņojumu.





Infekcijas izplatīšanās ierobežošana uzliesmojuma laikā

Katru reizi, kad apmeklējat senioru aprūpes iestādi, pastāv infekcijas risks, tomēr var būt papildu risks, ja apmeklējums notiek uzliesmojuma laikā vai apmeklējamajai personai ir infekcija. Infekcijas slimības, piemēram, gastroenteroloģiskas slimības vai Covid-19, uzliesmojuma laikā apmeklējot senioru aprūpes iestādi, jāveic papildu darbības, lai palīdzētu apturēt infekcijas izplatīšanos, kontrolētu riskus un pasargātu visas personas.

Ja vēlaties turpināt apmeklējumus uzliesmojuma laikā, vispirms jāapsver visi riski, kas ietver arī sava veselības stāvokļa un imunitātes izvērtēšanu.

Ir svarīgi atcerēties, ka apmeklētāju un infekciju kontroles politikas senioru aprūpes iestādēs var ātri mainīties atkarībā no attiecīgajā laika brīdī pastāvošajiem riskiem. Sekojiet iespējamajām izmaiņām, lai būtu gatavs(-a) uzliesmojuma gadījumā.



Apmeklēšanas prasības

Uzliesmojuma laikā senioru aprūpes iestādes apmeklējumi ir jāsaskaņo ar iestādi, lai pārliecinātos, ka tā ir gatava jūsu apmeklējumam. Tas ietver pārliecināšanos par to, ka ir pieejami IAL un jums nepieciešamais atbalsts. Tiks darīts viss iespējamais, lai jūs varētu turpināt apmeklēt aprūpējamo personu.

Pirms vizītes ir jāizpilda visas senioru aprūpes iestādes prasības. Dažādos laika posmos tās var ietvert:

- norādes par sabiedrības veselību un brīdinājumus;
- vakcinācijas prasības (piemēram, attiecībā uz Covid-19 un gripu);
- ātro antigēnu testu (RAT) vai citas testēšanas prasības atbilstoši norādēm;
- visu apmācību par aprūpes partnerību un attiecīgās iestādes apmācību pabeigšanu.

Pirmajā vizītē uzliesmojuma laikā var tikt arī veikta ievadapmācība, kuras laikā personāls parādīs, kurās zonās drīkst vai nedrīkst ieiet, un pārliecināsies, ka pareizi un droši lietojat IAL.

Atcerieties! Ja jūtaties slikti, palieciet mājās un nenāciet uz senioru aprūpes iestādi.



Atcerieties par roku higiēnu

Rokām vienmēr jābūt tīrām. Padomājiet par šādiem jautājumiem!

- Vai izmantoju pareizo paņēmienienu?
- Vai zinu, kad mazgāt un kad dezinficēt rokas?
- Vai mazgāju un dezinficēju rokas, kad tas nepieciešams? Piemēram, pirms ieešanas un izešanas no apmeklējamās personas istabas.



Atcerieties par citām personām

Vai domājat par citiem? Atcerieties!

- Kad vien iespējams, starp jums un citām personām jāievēro 1,5 m distance.
- Atcerieties par cilvēku skaita ierobežojumiem noteiktās zonās.

Senioru aprūpes iestāde tiks sadalīta dažādās zonās atkarībā no riska. Atcerieties, kur drīkstat un kur nedrīkstat doties, un ievērojiet noteikumus.



Lietojiet nepieciešamos IAL

Individuālās aizsardzības līdzekļi vai IAL ietver maskas, halātus, cimdus un acu aizsargus. Senioru aprūpes iestāde var jūs lūgt lietot IAL, lai samazinātu inficēšanās un patogēnu pārnese risku.

Uzliesmojuma gadījumā jālieto maskas ar augstāku aizsardzības līmeni (tās sauc par P2 vai N95 maskām). Noņemot masku, tā ir pienācīgi jāizmet un ir jādezinficē rokas.

Vizītes laikā jūs var lūgt lietot papildu IAL:

- ja apmeklējamā persona nejūtas labi un gaida testa rezultātus;
- ja apmeklējamajai personai ir augsts risks un pastāv iespēja, ka tai ir infekcija;
- ja senioru aprūpes iestādē ir uzliesmojums.

Uzliesmojuma gadījumā var būt jālieto:

- P2 vai N95 maskas ar augstāku aizsardzības līmeni. Noņemot masku, tā ir pienācīgi jāizmet un ir jādezinficē rokas,
- acu aizsargi, piemēram, aizsargbrilles vai sejas sargi (atcerieties, ka parastās brilles nenodrošinās pienācīgu aizsardzību),
- halāti,
- cimdi.



Izpildiet visas norādes

Ir svarīgi ievērot visas senioru aprūpes iestādes norādes, tostarp norādes par iekļūšanu ēkā un pārvietošanos pa to.

Uzliesmojuma gadījumā pārvietošanās pa ēku būs atļauta tikai noteiktās vietās jeb zonās, kas nozīmē, ka:

- varēsiet iekļūt tikai noteiktās zonās;
- būs jānomaina IAL, ja šķērsosiet zonu, lai apmeklētu, piemēram, labierīcības.

Uzliesmojuma gadījumā var mainīties apmeklējumu laiks vai cita kārtība. Lai aizsargātu jūsu un jūsu aprūpējamo personu, personāls informēs, vai atbilstoši riska līmenim drīkstat atrasties tikai šīs personas istabā.



Citas izmaiņas

Uzliesmojuma laikā varat pamanīt citas izmaiņas, kas var ietvert tālāk norādīto.

Vairāk tīrīšanas

Biežāk var tikt tīrītas bieži izmantojamas vietas, piemēram, gultu margas, gaismas slēdži un kāpņu margas, kā arī guļamistabas.

Ēdiena izmaiņas

Ēdiens var tikt gatavots citā vietā, un jūsu aprūpējamajai personai var nākties ēst savā istabā. Ierastie galda rīki var tikt aizstāti ar vienreizlietojamajiem galda piederumiem.

Vairāk uzraudzības

Visu iemītņieku veselības stāvoklis un labjutība var tikt biežāk uzraudzīta. Tas var ietvert regulāru temperatūras un elpošanas pārbaudi, kā arī citu pašsajūtas izmaiņu un stāvokļa pārbaudi.

Personāls

Cits vai jauns personāls var īslaicīgi palīdzēt sniegt aprūpes un atbalsta pakalpojumus. Tas var notikt tāpēc, ka ierastais personāls ievēro izolāciju mājās.

Šīs izmaiņas ir paredzētas, lai aizsargātu iemītņiekus un personālu. Tās būs īslaicīgas.



Aizsargāji sevis un citus

Padomājiet, kā varat turpināt apmeklēt aprūpējamo personu, vienlaikus pasargājot sevi. Apsveriet, ko darīsiet, lai palīdzētu ierobežot infekcijas izplatību. Tālāk ir sniegts kontrolsaraksts par senioru aprūpes iestādes apmeklēšanu uzliesmojuma laikā ar norādēm par to, ko varat darīt, lai kontrolētu risku sev un citiem.

Pieejamais atbalsts

Zvaniet senioru aprūpes iestādes vadītājam, ja jums ir radušies kādi jautājumi.

Ja ir nepieciešama papildu informācija, zvaniet uz:

My Aged Care **1800 200 422** vai skatiet www.myagedcare.gov.au

Nacionālo koronavīrusa palīdzības līniju pa tālruni **1800 020 080**



KontROLSARAKSTS. Senioru aprūpes iestādes apmeklēšana uzliesmojuma laikā

Šajā kontROLSARAKSTĀ ir norādītas praktiskas darbības, ko varat veikt, lai, apmeklējot senioru aprūpes iestādi uzliesmojuma laikā, kontrolētu risku sev un citiem.

Pirms apmeklējuma

Kas?	Kāpēc?
Roku higiēna: mācieties mazgāt un dezinficēt rokas ar dezinfekcijas līdzekli, ziepēm un ūdeni.	Atbilstoša roku higiēna ir ļoti svarīga, lai pasargātu sevi no patogēniem un to izplatības, inficējot citus.
Ar senioru aprūpes iestādi vienojieties par savas pirmās vizītes laiku.	Personāls sniegs nepieciešamo ievada informāciju par senioru aprūpes iestādi un paskaidros, kurās zonās drīkstat atrasties. Personāls arī paskaidros, kādus IAL ir jālieto, palīdzēs tos uzvilkt un novilkt, kā arī atbildēt uz jūsu jautājumiem.
Jāsaprot, ka apmeklējuma laikā drīkstēsiet atrasties noteiktā senioru aprūpes iestādes zonā, piemēram, aprūpējamās personas istabā.	Tas samazinās infekcijas izplatīšanās risku šajā iestādē.
Jautāji personālam, kādus IAL ir jālieto. Ja jums nav pieredzes ar IAL lietošanu, var būt nepieciešams laiks, lai pierastu, un tāpēc varētu nākties ieplānot īsāku apmeklējumu.	IAL palīdzēs samazināt inficēšanās un patogēnu pārnese risku.
Pārliecinieties, ka esat vakcinējies(-usies) pret Covid-19 un gripu un ka varat uzrādīt savu potēšanās pasi, ja jums to lūdz.	Vakcinācija ir nozīmīgs veids, kā sevi aizsargāt no inficēšanās un saslimšanas un no infekcijas nodošanas citiem.



Apmeklējuma dienā. Pirms izešanas no mājām

Kas?	Kāpēc?
Atceliet apmeklējumu, ja nejūtaties labi un jums ir tādi simptomi kā klepus un šķaudīšana.	Apmeklējot senioru aprūpes iestādi ar sliktu pašsajūtu, tiek radīts risks, ka iestādē nonāks papildu infekcijas.
Saģērbieties ērti. Nevelciet apģēbu, kurā jums būs pārāk auksti vai karsti IAL lietošanas laikā. Izvairieties no apģērba, kas savelsies vai pacelsies, novelkot halātu (piemēram, auskariem).	Lietojot IAL (piemēram, halātus), var kļūt karsti un neērti. IAL var arī iekerties vaļīgā apģērbā vai rotaslietās.
Lietojot IAL, parastās brilles var aizsvīst.	Aptiekā vai optometrijas veikalā varat iegādāties salvetes aizsvīduma novēršanai, lai samazinātu aizsvīšanu. Tas palīdzēs uzlabot iespēju redzēt IAL lietošanas laikā.
Uz senioru aprūpes iestādi ņemiet līdzi tikai pašu nepieciešamāko, lai mājās neatnestu priekšmetus, uz kuriem ir patogēni. Ja parasti nēsājat juvelierizstrādājumus, piemēram, auskarus vai pulksteņus, atstājiet tos mājās. Atrodoties iemītnieka istabā, nevarēsiet lietot savu personīgo dzērienu pudeli.	Uzliesmojuma laikā attiecīgajā zonā ienestajiem priekšmetiem ir jāpaliek šajā zonā, ja vien tie netiek notīrīti un dezinficēti. Ja jums parasti ir rokassoma, jautājiet personālam, vai to drīkst ienest iemītnieka istabā. Tas var nebūt iespējams infekcijas riska dēļ. Daži jūsu atnestie priekšmeti, piemēram, grāmatas vai pārtika, paliks pie iemītnieka. Ja plānojat ņemt līdzi tādus priekšmetus kā planšetdatoru vai klēpj datoru un apmeklējuma beigās vēlaties tos ņemt līdzi uz mājām, vispirms vaicājiet personālam, vai tas ir atļauts un vai personāls var palīdzēt veikt tīrīšanu un dezinfekciju apmeklējuma sākumā un beigās.
Paēdiet un padzerieties, pirms dodaties prom no mājām.	Droši paēst vai padzerties, nenoņemot masku iemītnieka istabā, nav iespējams.
Paņemiet līdzi tādu pārtiku vai uzkodas, ko aprūpējamā persona var droši ēst.	Lai gan jums šie ēdieni nebūtu jāēd kopā ar iemītnieku, iemītnieks tos var droši un ērti ēst jūsu apmeklējuma laikā.
Pirms apmeklējuma sākuma dodieties uz tualeti.	Iespējams, apmeklējuma laikā nevarēsiet izmantot iemītnieka tualeti. Iespējams, senioru aprūpes iestādē varēsiet izmantot citu tualeti, bet tad būs jānovelk visi IAL un jāuzvelk jauni IAL.



Apmeklējuma dienā. Aprūpējamās personas apmeklēšana

Kas?	Kāpēc?
Izpildiet norādes un atbildiet uz jautājumiem par simptomiem. Ja nepieciešams, uzrādiet vakcinācijas dokumentāciju. Personāls arī norādīs, vai ir jāveic ātrais antigēnu tests (RAT).	Tā ir daļa no senioru aprūpes iestādes procedūrām, lai ierobežotu jaunu infekciju ienešanu iestādē.
Senioru aprūpes iestādes personāls jūs atbalstīs un sniegs ieteikumus par infekciju kontroli un IAL. Lai droši uzvilktu un novilkta IAL, ir nepieciešams daudz prakses un plaša pieredze.	Iespējams, infekciju kontrole, izmantojot IAL, jums ir kaut kas jauns. Lai panāktu drošību, personāls var jums palīdzēt un parādīt, ko darīt, tostarp, kā izmantot IAL, pirms uzsākt aprūpi vai ienākt iemītņieka istabā.
Padomājiet par to, kas jums varētu būt nepieciešams, pirms uzvelkat IAL. Nesniedzieties kabatās vai somās zem IAL, nenovelciet apģēbu, kamēr lietojat IAL.	Pēc IAL uzvilšanas ārējie slāņi var tikt piesārņoti. Nedrīkst sniegties zem halāta vai maskas jebkāda iemesla dēļ, tostarp, lai izņemtu tālruni vai kādu priekšmetu no kabatas, jo tā riskējat inficēties. Ja tā rīkosieties, būs jānovelk un pareizajās tvertnēs droši jāizmet esošie IAL, būs jādezinficē rokas un tad jāuzvelk jauni IAL.
Uzliesmojuma laikā, visticamāk, mainīsies aktivitātes, ko varat veikt kopā ar iestādes iemītņieku. Ieteikumi par drošu apmeklējumu: • varat sēdēt blakus iemītņiekam (nav jāievēro 1,5 m distance); • varat palīdzēt veikt tādas darbības kā matu sukāšana un zobu tīrīšana, barošana, mitrināšana un citas darbības, kas attiecīgajai personai liek justies ērti; • iemītņieku nedrīkst skūpstīt (nedrīkst noņemt savu masku); • ja izmantojat klēpjdaotru vai ierīci, tai drīkstat pieskarties tikai jūs (abas personas to nedrīkst skatīties, kopā pieskaroties); • apzināti izvairieties pieskarties dažādiem priekšmetiem, ejot pa ēku līdz iemītņieka istabai.	Vaicājiet personālam, kādas drošas aktivitātes ir atļautas. Iespējams, ārpus telpām ir aktivitātei piemērota vieta, vai var mainīt uzturēšanās vietu.



Apmeklējuma dienā. Apmeklējuma beigās

Kas?	Kāpēc?
Novelkot IAL, tas jā dara pareizi, un IAL ir jāievieto pareizās infekcioziem atkritumiem paredzētās tvertnēs. Personāls var jums palīdzēt. Pēc IAL novilkšanas rokas ir jāmazgā ar ziepēm un ūdeni.	IAL novilkšana ir vissarežģītākā šā procesa daļa. To ir svarīgi veikt pareizi, jo citādi pastāv risks, ka pārnesīsiet infekciju no piesārņotajiem IAL uz sevi.
Ja iemītņieka istabā esat ienesis(-usi) kādus priekšmetus, ko vēlaties ņemt līdzi, šie priekšmeti būs rūpīgi jānotīra un jādezinficē.	Personāls palīdzēs jums to iemācīties. Senioru aprūpes iestāde nodrošinās tīrīšanas un spirta salvetes, lai notīrītu un dezinficētu jūsu lietas. Jāievēro piesardzība, jo daži sadzīves ķīmijas līdzekļi var bojāt elektronisku ierīču ekrāna virsmu. Var būt jāskata ražotāja instrukcijas.

Apmeklējuma dienā. Atgriežoties mājās

Kas?	Kāpēc?
Ja uzliesmojuma laikā apmeklējat senioru aprūpes iestādi, pēc apmeklējuma uzreiz jāatgriežas mājās un jāuzvelk cits apģērbs.	Lai samazinātu mājas vides piesārņošanas risku, apģērbs ir jāizmazgā. Apģērbu drīkst mazgāt kopā ar citu apģērbu, izmantojot parasto mazgāšanas līdzekli un karstā ūdens ciklu.
Atgriežoties mājās, nomazgājiet rokas ar ūdeni un ziepēm.	Ja apmeklējuma laikā vairākas reizes dezinficējāt rokas ar dezinfekcijas līdzekli, iespējams, jūsu rokas ir lipīgas vairāku šā līdzekļa kārtu dēļ.
Ja maska ir izraisījusi kairinājumu, uzklājiet mitrinātāju un sekojiet sejas ādas stāvoklim.	Uzklājot mitrinātāju pirms un pēc IAL lietošanas, var samazināt ādas kairinājumu.
Informējiet senioru aprūpes iestādes vadītāju, ja pēc apmeklējuma nejutaties labi. Sargājiet savu veselību! Jūs esat nozīmīga kādas personas aprūpes un atbalsta sistēmas daļa.	Iespējams, ka sava infekciozā perioda laikā esat bijis(-usi) senioru aprūpes iestādē. Svarīgi, lai iestāde par to zinātu un veiktu nepieciešamos pasākumus iemītņieku un personāla aizsardzībai.

[Ar Viktorijas Veselības departamenta infekciju profilakses speciālistu iesaisti izstrādāts kontrolsaraksts](#)



Kas ir Aprūpes partnerības programma?

Aprūpes partnerības programma sekmē esošās aprūpes attiecības starp iestādes iemītnieku un tā ģimenes locekļiem un draugiem.

Mūsu neaizsargāto senioru dzīves kvalitāte un labsajūta ir ļoti svarīgas. Pandēmijas laikā mēs uzzinājām, cik svarīgi nepārtraukti nodrošināt aprūpi, jo pretējā gadījumā ikdienas rutīnu un sociālās mijiedarbības sistēmas izjaukšana var radīt būtisku un negatīvu ietekmi uz vispārējo labbūtību.

Kļūšana par aprūpes partneri arī nodrošina, ka tuvi draugi un ģimenes locekļi var uzturēt ciešas atbalsta attiecības un ka viņi var palīdzēt senioru aprūpes iestādes iemītniekam, kad tas visvairāk nepieciešams. Tas ietver iespēju noteikt kārtību papildu apmeklējumu veikšanai, lai nodrošinātu aprūpi, atbalstu un sociālo mijiedarbību pat ierobežotās piekļuves periodos, piemēram, uzliesmojumu laikā.

Jūsu kā aprūpes partnera sniegtais atbalsts būs atkarīgs no jūsu attiecībām un aprūpējamās personas vajadzībām. Tas var ietvert šādas darbības:

- palīdzība apgērbjoties, veicot mutes un zobu higiēnu, gatavojoties dienai un citas ierasti sniegtās aprūpes darbības;
- stāstu stāstīšana, ēdiena kopēja lietošana un citi vaļasprieki;
- palīdzība, veicot rutīnas darbības;
- palīdzība, apmeklējot īpaši interesējošas vietas.

Svarīgi, ka dalība aprūpes partnerības programmā ir iespējama, tikai saņemot aprūpējamā seniora vai viņa pārstāvja piekrišanu.

Kādi ir ieguvumi, kļūstot par partneri?

Dalība Aprūpes partnerības programmā nodrošina, ka:

1. iemītnieku ikdienas darbību, ieskaitot senioru aprūpes, garīgās veselības, fizisko kustību, sociālās mijiedarbības un kultūras vajadzību apmierināšanu, izpildei tiek sniegts lielāks atbalsts;
2. jums ir līgums ar senioru aprūpes pakalpojumu sniedzēju un jūs varat sniegt papildu atbalstu savam iemītniekam, kad tas visvairāk nepieciešams, veicot šai personai būtiskas darbības;
3. varat samazināt negatīvo ietekmi uz veselību un vispārējo labsajūtu, ko rada atrašanās sociālajā izolācijā;
4. senioru aprūpes iestāde zina par darbībām, kuras veicat ar aprūpējamo personu. Tas ir īpaši svarīgi laikā, kad nevarat ierasties iestādē, lai dienests varētu turpināt sniegt atbalstu jūsu aprūpējamam iemītniekam saistībā ar tādu būtisku darbību veikšanu kā apgērbšanās, ēšana un sociālā mijiedarbība,
5. jūs saņemat atbalstu, lai iemācītos par infekciju profilaksi un kontroli vai uzlabotu šīs prasmes un lai jūs pēc iespējas drošākā veidā varētu apmeklēt aprūpējamo personu un pasargāt sevi un citus iemītniekus.



Kas jādara, lai kļūtu par partneri?

Partnerus nosaka senioru aprūpes iestādes klients vai tā pārstāvis, vai persona, kurai ir ciešas attiecības ar klientu. Lai kļūtu par partneri, jums ieteicams:

- noskatīties video;
- izlasīt visu šajā materiālā iekļauto informāciju;
- izpildīt ar saiti pievienotos uzdevumus, piemēram, tiešsaistes apmācību moduļus, kas pieejami tīmekļa vietnē;
- pabeigt ievadapmācību, ko nodrošina senioru aprūpes dienests.

Kad ir pārskatīta visa informācija un noskatīti visi video, aizpildiet pēdējā lapā norādīto apliecinājumu un apspriedieties ar senioru aprūpes iestādi par jebkurām specifiskām prasībām, kādas iekļautas tās aprūpes partnerības programmā.

Aprūpes partnerības līgums

Aprūpes partnerības līgumā var oficiāli noteikt partnera sadarbības kārtību ar iemītnieku un senioru aprūpes dienestu. Tomēr vissvarīgākais ir tas, ka šis līgums palīdz nodrošināt, ka aprūpe netiek pārtraukta, ja partneris nespēj ierasties, jo dienests saprot, kādas darbības partneris veic. Tas ļauj dienestam izprast, kā šādos apstākļos tas palīdzēs veikt kritiski svarīgās darbības.

Aprūpes partnerības līgums var ietvert šādu informāciju:

- sīku informāciju par to, kādas darbības partneris atbalsta, tostarp, cik bieži ierodas šo darbību veikšanai;
- apmācības prasības, ieskaitot IPC apmācību un iestādei specifisku apmācību;
- kad līgums tiks pārskatīts.

[Skatīt partnera līguma paraugu.](#)

Partnera piedāvātā atbalsta veids var mainīties, ja senioru aprūpes iestādē ir uzliesmojums vai tai piemēro sabiedrības veselības aizsardzības iestādes rīkojumus. Ja notikusi saskare ar Covid-19 vai sācies uzliesmojums, senioru aprūpes iestāde īsteno savu uzliesmojuma kontroles plānu. Šajā laikā pēc iespējas ātrāk jāatvieglo piekļuve, lai nodrošinātu, ka aprūpējamā persona un citi iemītnieki pastāvīgi var izmantot apmeklējuma tiesības.

Apliecinājums

Lūdzu, aizpildiet un parakstiet, lai apstiprinātu, ka esat izlasījis(-usi) visus apmācības materiālus.

Jūsu un apmeklējamā seniora drošība	Jā	Nē
Roku higiēna	Jā	Nē
Maskas nēsāšana	Jā	Nē
Infekcijas izplatīšanās ierobežošana uzliesmojuma laikā	Jā	Nē
Senioru aprūpes iestādes apmeklēšana uzliesmojuma laikā	Jā	Nē

Parakstīts:

Datums:



Senioru aprūpes pakalpojumu kvalitātes un drošības komisija atzīst zemes tradicionālos īpašniekus visā Austrālijā, kā arī to nesaraujamo saikni ar zemi, jūru un kopienu. Mēs cienām viņus un viņu kultūru, kā arī esošos un bijušos vecajos.

Pēdējo reizi atjaunināts: 2023. gada 11. maijā Var kļūt pieejamas atjauninātas versijas ar jaunu saturu, tāpēc regulāri pārskatiet mūsu tīmekļa vietni, lai nodrošinātu, ka skatāt aktuālo versiju. Ja vēlaties sniegt atsauksmi saistībā ar šo resursu, lūdzu, sūtiet e-pastu uz education@agedcarequality.gov.au.



Tālrunis

1800 951 822



Vietne

agedcarequality.gov.au



Pasta adrese

Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, In Your Capital City