



جمهوری اسلامی ایران

ریاست جمهوری

# بیماری‌های نوپدید و راه‌های پیشگیری



دفتر تدوین و نشر منابع علمی و آموزشی

اردیبهشت ۱۳۹۹

الله أكبر

## فهرست مطالب

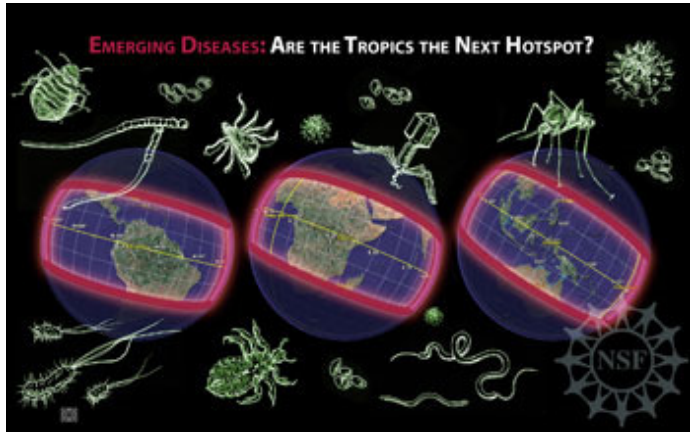
۵.....	بیماری‌های نوپدید و بازپدید چیست ؟
۵.....	پاندمی چیست ؟
۵.....	بیماری واگیردار چیست ؟
۶.....	بیماری کرونا و اقدامات لازم برای مبارزه با آن
۷.....	نگاه فرابخشی به معضل کرونا
۷.....	گام‌های اجرایی و اقدامات در سازمانهای کلان کشوری
۷.....	سیستم‌های ارتباطات و اطلاع‌رسانی خطر
۸.....	هماهنگی درون بخشی و شرکا
۹.....	پاسخ به ابهامات، مدیریت برداشت‌ها و اطلاعات اشتباه
۹.....	ظرفیت‌سازی (capacity Building)
۱۰.....	اقدامات در سازمان‌های خرد کشوری
۱۰.....	مراحل اساسی مدیریت و کنترل بحران به خصوص در بحران‌های سلامت و بلایا
۱۱.....	اقدامات پس از مواجهه با کرونا
۱۱.....	مدیریت بحران پس از واقعه
۱۱.....	آماده‌سازی و پیشگیری
۱۲.....	شناخت و ویروس
۱۲.....	سازمان مسئول و سازمان همکار کدامند؟
۱۲.....	وظایف مدیران
۱۳.....	وظایف مدیران چیست؟
۱۵.....	نقش واحد منابع انسانی HR
۱۵.....	۱- حفاظت از کارکنان
۱۵.....	۲- تداوم عملیات کسب و کار و گردش کار
۱۵.....	۳- مدیریت بحران مالی، کاهش تاثیر منفی مالی بحران بر روی سازمان
۱۶.....	سطوح مختلف حفاظتی

۱۶	حفاظت سطح اول
۱۶	آگاهی در مورد علائم بیماری با استفاده از کانال‌های ارتباطی درون سازمانی
۱۸	پدافند غیرعامل
۱۹	پایدارسازی مدیریت
۲۰	شیوع ویروس کرونا در ایران و جهان و مسائل بهداشتی
۲۰	آمارهای جهانی و سایت معتبر اخبار کرونا
۲۰	رعایت بهداشت فردی
۲۲	مراحل سیر بیماری
۲۲	شبکه‌های اجتماعی و نقش آن در کرونا
۲۳	انواع شبکه‌های اجتماعی
۲۳	خدمات شبکه‌های اجتماعی سلامت
۲۴	نکات مهم در بررسی صحت خبر
۲۴	نقش شبکه‌های اجتماعی در روزهای بحرانی شیوع ویروس کرونا
۲۶	عمومی‌سازی موضوع تخصصی کرونا
۲۷	اقدامات انجام شده
۲۸	رفتار سازمانی مناسب



### بیماری‌های نوپدید و بازپدید چیست ؟

بیماری‌های نوپدید و بازپدید سابقه بسیار طولانی دارد. در حال حاضر، کشوری مثل افغانستان از آسیب‌هایی مانند سیل، فلج اطفال و مالاریا آسیب می‌بیند؛ در حالی که این بیماری‌ها در ایران کنترل شدند. اگر یک بیماری کنترل شده باشد و دوباره ایجاد شود به آن بیماری نوپدید می‌گویند.



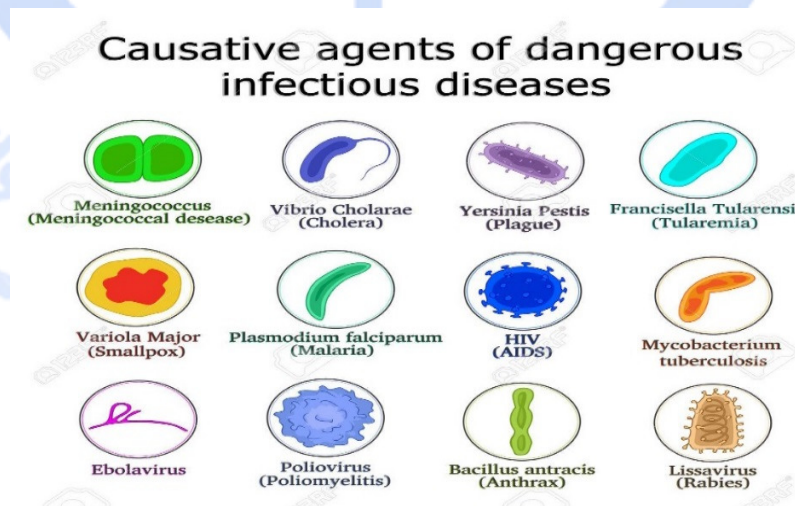
اگر یک بیماری از بین رفته باشد و دوباره ایجاد شود به آن بیماری بازپدید می‌گویند. به طور مثال، مالاریا در ایران کنترل شده؛ ولی مثلاً اگر یک بیمار از کشور کنیا وارد ایران شود و دوباره مالاریا دیده شود؛ این بیماری نوپدید می‌شود.

### پاندمی چیست ؟

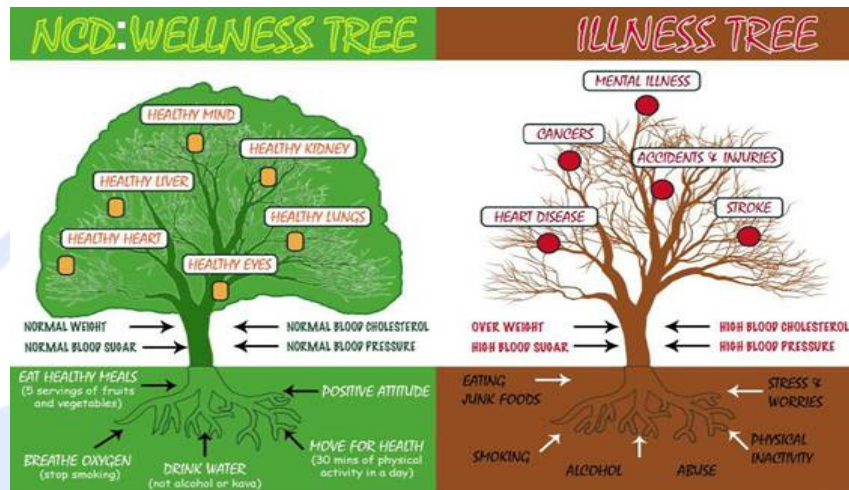
هر بیماری که در چندین کشور اتفاق بیفتد، پاندمی نامیده می‌شود و آنجاست که بالاخره سازمان بهداشت جهانی اعلام می‌کند که وضعیت یک بیماری از یک موضوع به موضوع دیگر چگونه تغییر پیدا کرده است.

### بیماری واگیردار چیست ؟

هر بیماری که بتواند به سرعت از فردی به فرد دیگر منتقل شود، به آن بیماری واگیر می‌گوییم. بیماری‌های واگیردار از ویروس، میکروب، انگل و مواردی از این دست متنوع هستند و می‌تواند برای انسان آسیب ایجاد کند و اینجا پاسخ سیستم ایمنی بسیار موضوع مهمی است که عوامل موثری که می‌تواند بر سیستم ایمنی اثر داشته و پاسخ بهتری بدهد.



با بهبود وضعیت بهداشتی-درمانی کشورها، بیماری‌های واگیر کم‌رنگ می‌شد و خیلی از پزشکان علاقه‌مند نبودند که تخصص عفونی را بخوانند؛ چون بیمار وجود نداشت؛ به دلیل اینکه دسترسی‌های بهداشتی-درمانی بیشتر بود و کمتر دچار ویروس‌ها می‌شدیم و واکسیناسیون هم سلامت ما را تضمین می‌کرد؛ بنابراین مردم کمتر سراغ بیماری‌های عفونی می‌رفتند.



### بیماری کرونا و اقدامات لازم برای مبارزه با آن

توجه عمده دنیا از بیماری‌های عفونی گذشته بود و مجدد با بحث ویروس کرونا، همه دنیا در حال برگشت به این هستند که باید در مورد بیماری‌های عفونی، زیرساخت‌ها را بهبود بخشید. بیماری کرونا همه توجه‌ها را جلب کرد که باید حواسمان به بیماری‌های بازپدید و نوپدید بیشتر باشد.



موضوع بسیار مهم، قوانین بین‌المللی است. دو موضوع را در اینجا می‌خواهیم بسیار پررنگ ببینیم؛ یک، بحث کار گروهی و دوم، توجه به دستورالعمل‌ها. اینها موضوعات بسیار مهمی هستند. به هر حال، در مقررات بین‌المللی ذکر می‌شود که در رابطه با کنترل مرزها چه باید کرد.

در رابطه با کرونا ویروس هم این موضوع، یک موضوع جدی شده است که به هر حال، مبدأ اولیه در چین دیده شده است و از طریق مسافران و شاید کالاها به ایران منتقل شده است و بعد هم سایر کشورها بتدریج درگیر شدند. اهمیت رعایت مقررات بین‌المللی و ورود سازمان‌های بین‌المللی، موضوع ارزشمندی است.

گاهی از دوستان فکر می‌کنند که مقررات بین‌المللی کرونا راجع به مدیریت کرونا در کشورهای در حال توسعه بسیار سختگیرانه‌تر از کشورهای پیشرفته است؛ اما می‌بینیم آسیبی که کرونا در کشورهای پیشرفته وارد کرده، بسیار بیشتر از کشورهای در حال توسعه است. این که افراد چه پیشگیری فردی و چه پیشگیری گروهی کنند و استانداردهای مختلف بالینی

به چه ترتیبی باید باشد و چه روندی را باید پیش ببریم؛ همه این‌ها باعث شد که نگاه بین‌المللی به موضوع داشته باشیم. این موضوع، بسیار مهم است و آن نگاه‌هایی که در همه عالم علیه ما هست را قبول نداریم.

### نگاه فرابخشی به معضل کرونا

در موضوعی مثل کرونا و ویروس که بشریت را تهدید می‌کند، واقعاً باید همه ما نگاه فرابخشی داشته باشیم. این که من به عنوان یک مدیر فقط به کارکنان خود فکر بکنم و به اطرافیان و خانواده‌شان فکر نکنم و یا مقررات ملی و بین‌المللی را رعایت نکنیم، قطعاً ما را دچار آسیب خواهد کرد. برای مثال، باید به سرعت تولید راهنما داشته باشیم که کشور ما در این عرصه خوب پیش‌رفته است؛ یا این که ارتباطات بسیار سرعت پیدا کند، بسیار ارزشمند است. بخشی از مصرف اینترنت ما به خاطر این است که مردم در منزل و قرنطینه هستند؛ اما در بخش دوم استفاده از فضاهای مجازی، برای این بود که ما باید در پساکرونا چشم‌ها را بشویم و طور دیگری به موضوع نگاه کنیم. موضوع هماهنگی‌های درون بخشی، این است که یک وزارتخانه مثل وزارت بهداشت، حرف اول را بزند و همه وزارتخانه‌ها با وزارت بهداشت همکاری نمایند، موضوع بسیار مهمی است و دستور مقام معظم رهبری در این زمینه، بسیار راهگشا بوده است. یکسری سازمان‌های کلان کشوری و یکسری سازمان‌های خرد داریم:

### گام‌های اجرایی و اقدامات در سازمانهای کلان کشوری

- سیستم‌های ارتباطات و اطلاع‌رسانی خطر
- هماهنگی درون بخشی و شرکا
- ارتباطات عمومی
- مشارکت جمعیت تحت تاثیر در ارتباطات و اطلاع‌رسانی خطر
- پاسخ به ابهامات، مدیریت برداشت‌ها و اطلاعات اشتباه
- ظرفیت‌سازی

### سیستم‌های ارتباطات و اطلاع‌رسانی خطر

- اطمینان از لحاظ کردن RCCE در بالاترین سطوح دولت
- آمادگی لازم برای انتشار سریع، شفاف و قابل دسترس اطلاعات مورد نیاز برای حفظ سلامت عمومی
- اختصاص بودجه‌ای مجزا برای ارتباطات و اطلاع‌رسانی خطر
- تعیین تیم RCCE و نقش‌ها و مسئولیت‌ها

## هماهنگی درون بخشی و شرکا

- شناسایی شرکا، شامل سازمان‌ها، سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان جامعه، کارکنان بهداشتی و درمانی و غیره
- ارزیابی ظرفیت‌های ارتباطاتی تمام شرکا
- ایجاد SOP برای تعیت نقش و مسئولیت‌های مربوط به ارتباطات و اطلاع‌رسانی
- این‌که افراد نگاه بخشی نداشته باشند؛ نگاه جزیره‌ای نداشته باشند، بسیار بسیار موضوع مهمی است. جای امیدواری است
- تمرینی که در بحث کرونا صورت گرفت در سایر موارد هم انجام شود و برای سلامت مردم را بیشتر تلاش شود. موضوع راهنما یا بیانیه‌ای برای هدف، مهم است. در رابطه با بیانیه‌ها، بیشتر باید وقت گذاشته شود برای اینکه بدانیم در رابطه با هر بحرانی به هر شکلی، چطور خبررسانی کنیم. مهم است که راهنما به چه ترتیبی باشد وقتی بحران‌ها غیرمترقبه هستند؛ مثل سیل و زلزله و آتشفشان‌ها.

## ارتباطات عمومی

- تهیه‌ی لیستی از سخنگوها در سطوح مختلف و تخصص آنها
- تعیین رسانه‌های کلیدی: لیستی خبرنگاران و بروزرسانی آنها
- شناسایی رسانه‌ها و سایر کانال‌های ارتباطی و ارزیابی پتانسیل آنها در دسترسی به مخاطبین هدف
- روابط عمومی‌ها و ارتباطات عمومی که در یک ساعت خاصی، آنتن تلویزیونی رسانه ملی ما در اختیار وزارت بهداشت قرار گیرد و آمارها را بیان کند و آخرین اطلاعات را به مردم بیان کند، بسیار ارزشمند است. این‌که برخی از مردم تصور می‌کنند که چرا برخی از کشورهای همسایه عدد ندارند و نکنند که بهداشت و درمان آن‌ها قوی است؟ نه این‌طور نیست. بسیاری از کشورها حتی آفریقا این بیماری را دارند؛ مثل سایر سرماخوردگی‌ها که باعث مرگ افراد می‌شود در همه کشورها این بیماری وجود دارد؛ ولی در بعضی از کشورها امکان تشخیص آن وجود ندارد و یا به دلیل اینکه بتوانند تورسم خود را داشته باشند، آمارها را اعلام نمی‌کنند. مثلاً در کشور ترکیه این اتفاق افتاد. ترکیه هفته‌های اول به هیچ‌وجه اجازه پخش خبر را نمی‌داد؛ ولی الآن ملاحظه می‌کنید که عدد رشد بیماری بسیار بالاست و آن‌ها دیدند که باید طبق پروتکل‌های جهانی اعلام رسمی بکنند و آرام‌آرام، این آمارها خود را نشان می‌دهد. اینکه بگوییم در بعضی کشورها اتفاق نیفتاده یا سطح بهداشت خیلی بالاست؛ اینها شوخی بیولوژیک است و نشدنی به نظر می‌آید.
- نکته مهم دیگر، همراهی مردم است. یعنی اینکه اطلاعات را باید به سطح عامیانه مردم برسانیم تا مردم همکاری کنند. این یک اتفاق بسیار مهم است و باید در رسانه‌ها این مطلب تشویق گردد. اگر مردم با دستورالعمل‌ها همکاری نکنند؛ هم دچار آسیب می‌شوند و هم اینکه همه تلاش‌ها ناموفق خواهد بود. دغدغه‌ای که این روزها وجود دارد و بیشتر در مورد آن صحبت خواهیم کرد.

- نکته بسیار مهم بعدی، بحث اطلاع‌رسانی اخبار موثق هست. همه مدیران کلان استانی، همه مدیران و مؤسسات، چه در مورد خودشان، چه در مورد خانواده‌شان، چه در مورد کارکنان و چه در سطح عمومی باید سعی بکنند اطلاعات را به‌روز کنند. هیچ چیزی دستگیرمان نخواهد شد اگر سطح اعتماد مردم را به رسانه ملی، وزارت بهداشت، سازمان نظام پزشکی، جمعیت هلال‌احمر و سایر مؤسساتی که در رابطه با بحث سلامت مهم هستند، دچار آسیب بکنیم.
- ضمناً قوه قضاییه هم با تشویش اذهان عمومی مبارزه می‌کند و اگر کسی اذهان مردم را دچار تشویش کند، با این قضیه برخورد خواهد کرد. نکته بعدی اینکه به هر حال مقام معظم رهبری گفته‌اند که ما از این رزمایش بیولوژیک استفاده کنیم.

### مشارکت جمعیت تحت تاثیر در ارتباطات و اطلاع‌رسانی خطر

- تعیین روش‌های شناسایی دغدغه‌ها، نگرش‌ها و اعتقادات مخاطبان کلیدی
- شناسایی مخاطبان هدف
- شناسایی تاثیرگذاران موجود در جامعه و شبکه‌های مورد استفاده توسط آنان با هدف مشارکت اجتماعی
- مطالبی که رئیس‌جمهور محترم روزهای گذشته، شهرها را سفید و زرد و قرمز اعلام کردند، موضوع بسیار مهمی است. چه کسی باید توجه‌ها را جلب کند و چگونه باید اطلاع‌رسانی شود و چگونه باید خبررسانی شود؟ این موضوع مهمی است که برای اولین بار تمرین می‌شود. اینکه سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی یا سازمان برنامه و بودجه فعلی در رابطه با بودجه کرونا اعلام نظر می‌کند و مدل‌های جهانی را نگاه می‌کند و در خصوص پیش‌بینی بودجه، عددها را افزایشی‌تر نشان می‌دهند، موضوع بسیار مهم و با ارزشی است.

### پاسخ به ابهامات، مدیریت برداشت‌ها و اطلاعات اشتباه

- آغاز برقراری ارتباطات و اطلاع‌رسانی، قبل از دست‌یابی به تصویر کاملی از طغیان/فوریت بهداشتی (ضمن اطمینان از توافق رهبران برای اطلاع‌رسانی)
- ایجاد و انتشار سیستمی برای پایش و در صورت نیاز پاسخ به شایعات و اطلاعات اشتباه و پرسش و پاسخ‌های پرتکرار

### ظرفیت‌سازی (capacity Building)

- تهیه برنامه‌های آموزشی در خصوص دانسته‌ها و نادانسته‌های کورونا و ویروس جدید (n-CoV) برای افرادی که در برنامه RCCE نقش آفرینی می‌کنند
- بیان برنامه‌ها و فرایندهای جاری شامل سطح استانی و شهرستانی را برای RCCE
- بحث ظرفیت‌سازی، استفاده سریع از برنامه‌های آموزشی و تهیه پوسترهای آموزشی مهم است. راهنما و انگیزه‌نامه‌ها، بسیار مؤثر است. در انگلستان حتی برای تی کشیدن یک بیمارستان راهنما دارند. در شبکه‌های اجتماعی، درخصوص

اینکه چگونه ماسک را بردارید، چطور استفاده کنید، چطور دستکش استفاده کنیم و... بحث‌های جدی داریم یا اینکه مثلاً دربارهٔ پرستاری که شیفت خود را انجام داده و شب باید استراحت کند؛ ولی اگر خانه برود خطر برای خانواده‌اش است تا به حال فکر نکرده بودیم؛ مثلاً خوابگاهی برای پزشکان و پرستاران که به‌هرحال حداقل‌ها را داشته باشد و برای تجدید قوا و روحیه فرد مؤثر باشد، بحث‌های مهمی هستند. بحث همکاری گروه‌های جهادی در بیمارستانها، حرکت بسیار ارزشمندی است. اینکه یک عده‌ای باید بیایند خانواده خود را به منزل پدر و مادر بفرستند و در بحث دفع زباله همکاری کنند، در تدفین اجساد کمک کنند؛ تمرین خیلی ارزشمند و فداکاری بسیار بزرگی است که باید قدردانی گردد.

— هیچ دلیلی وجود ندارد که در یک ماه، یا دو ماه بعد، با گرم شدن هوا، تب کریمه کنگو خودش را نشان ندهد و سایر میکروب‌ها که گاهی اخبار آن به گوش می‌رسد. نباید مردم را ترساند بلکه مهم است که بگوییم ویروس و میکروب کنار ما هستند و رعایت بهداشت فردی موضوع بسیار مهمی است. اگر خیلی از مردم عادت داشتند که هفته‌ای یک‌بار حمام بروند؛ قاعدتاً در این شرایط بهتر است که الان روزی یک‌بار یا دو روز یک‌بار این کار را انجام دهند؛ یا اگر روزی ۵ بار دستان را می‌شستیم، الان روزی ده بار بشویم؛ ولی نباید به وسواس دچار شویم؛ چون اثبات شده که نباید وسواس داشته باشیم. وسواس و اضطراب و خواب نامناسب می‌تواند سیستم ایمنی بدن را دچار اختلال کند.

### اقدامات در سازمان های خرد کشوری

از ۴۳ نوع آسیب طبیعی (حوادث غیر مترقبه) ۳۰-۳۵ مورد در ایران اتفاق می افتد.

### مراحل اساسی مدیریت و کنترل بحران به خصوص در بحران های سلامت و بلایا

— آموزش (قبل از بحران)

— مواجهه (زمان بحران)

— پشتیبانی-اصلاح (پس از بحران)

### مدیریت بحران هنگام رویارویی با ویروس

زمانی مدیریت بحران مثلاً فوت یک عزیز در یک خانواده است، زمان دیگری ممکن است یک تصادف یا یک حادثه باشد؛ وقتی موضوع بزرگ ملی مثل کرونا ویروس است. چطور باید مدیریت بحران کرد؟ این یک علم است. علم مدیریت بحران که خوشبختانه به‌عنوان یک گرایش مطرح است. در این جهت، مرکز آموزش مدیریت دولتی به موقع ورود پیدا کرده و توجه نموده است. در بحث پسا کرونا هم باید



تغییراتی ایجاد کرد؛ شاید ان شاء الله چندین پایان‌نامه، کتاب و مقاله نوشته شود تا این تولید علم اتفاق بیفتد.

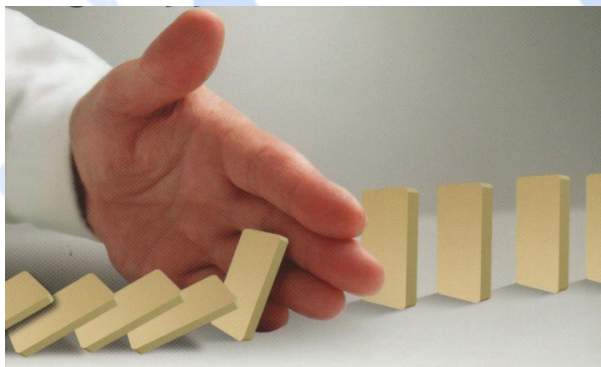
باید قبل از بحران آموزش‌های موردنیاز که در زمان بحران لازم است داده شود. اینکه اگر زلزله آمد، چه زمانی، چه کسی، چه کاری را باید انجام دهد؟ متأسفانه در فرهنگ ایرانی، ایمنی یکی از چالش‌های جدی نیست. اما الان زمان آن است که به بحث کرونا و ویروس، بحث ایمنی و بهداشت فردی توجه شود. سال‌های گذشته افراد، کمربندها را موقع رانندگی نمی‌بستند، اما اکنون با همکاری خودروسازی و نیروی انتظامی و صداوسیما و فرهنگ‌سازی این موضوع نهادینه شده است. حتی کودکان به‌عنوان پلیس‌یار کمک خانواده‌ها می‌آیند که این فرهنگ‌سازی همچنان ادامه پیدا کند.

### اقدامات پس از مواجهه با کرونا

به نظر می‌رسد ترسی که در بین مردم بوجود آمد تا حدی سازنده بود که باعث شد افراد انش خود را افزایش دهند. اینکه در هنگام بحران و زمانی که فردی در خانواده ای دچار بیماری میشود چه باید کرد که بهبود پیدا کند از موضوعات اساسی این بخش است. در این جهت، انجمن‌ها، سازمان بهزیستی وارد عمل شده اند. در مورد نحوه بازگشت دوباره فرد به جامعه و محل کار، باید شرایطی فراهم شود. اگر فردی بیمار شد، چه باید کرد؟ آیا باید همه از او فرار کنند، او را تنها بگذارند و او تنها از خودش پذیرایی کند!!

### مدیریت بحران پس از واقعه

موضوع پس از بحران مانند دومینویی است که از هر جا جلوی آن گرفته شود؛ آسیب‌های بعدی را کمتر خواهد کرد. در اینجا کار تیمی بسیار ضروری است؛ هیچکس به تنهایی در یک بحران توانایی مدیریت را نخواهد داشت. بسیاری از کسانی



که گمان می‌کردند جسم قوی و بنیه خوبی دارند و مشکل نخواهند داشت؛ در کرونا دیده شد که در مدیریت اضطراب خود دچار مشکل هستند. به افراد در منزل در محل کار و در جامعه باید نقش داد و از هر کسی چیزی را خواست. باید برای افراد وظایفی را تعیین نموده و آنها را وادار به انجام آن نمود. باید رویکرد مدار بود.

### آماده‌سازی و پیشگیری

خوشبختانه این ویروس یک لایه چربی دارد و پس از ۲۰ ثانیه شستن دست‌ها با صابون از بین می‌رود. جای بسی خوشحالی است که کودکان به این بیماری مبتلا نمی‌شوند و اگر چنین اتفاقی نمی‌افتاد؛ جامعه و خانواده‌ها از نظر روحی و روانی بسیار آسیب‌پذیرتر می‌شدند. البته این دلیل نمی‌شود که کودکان رها باشند؛ بلکه باید آموزش‌های لازم مانند شستن دست‌ها و کم

کردن بی‌احتیاطی‌ها به کودکان و البته به بزرگسالان نیز داده شود. باید در زمینه فعالیت و بازی کودکان در قرنطینه و در منزل برنامه‌ریزی نمود تا آنها دچار ناراحتی و افسردگی نشوند و این یکی از آموزش‌های خوب در صدا و سیما بود. اینکه کودکان نام کرونا را بسیار خوب بر زبان آورده و به عنوان یک بازی با آن برخورد می‌کنند، بسیار ارزشمند است که خود این یک فرصت است.

### شناخت ویروس

پس از پیشگیری و آماده‌سازی موضوع شناخت ویروس مطرح است که مشخص شود چه کسانی باید مراجعه کرده و آزمایش شوند؟ هر چند که برخی از آزمایشگاه‌های خصوصی در پی درآمدزایی برآمده و پاسخ برخی از آنان دچار خطا شد. برخی‌ها دنبال کیت آزمایش سریع رفتند تا یک تجارتی برای خود فراهم نمایند و خوشبختانه بسیاری از این مسائل جمع شد و انستیتو پاستور ابتدا با ظرفیت ۵۰۰۰ نفر در روز وارد شد و سپس به ۴۰۰۰۰ نفر و بیشتر و بیشتر هم رسید. خوشبختانه در این خصوص شبکه آزمایشگاهی بسیار خوبی فراهم گردید. وقتی این ویروس تشخیص داده شد؛ حال باید دید اقدامات درمانی چیست؟ از بیماری چگونه باید عبور کرد و سپس موضوع چگونگی ارزیابی جامع مطرح است. در ابتدا اعداد مربوط به بیماری، استانی اعلام میشد، سپس متوقف شد و کشوری اعلام گردید. اکنون دوباره استانی اعلام میشود که شرایط و رفتار جدیدی است که در حال آزمون است به جهت اینکه وضعیت استان‌ها سفید، زرد و قرمز بیان میشود. باید به این ویروس به عنوان یک نعمت الهی نگریسته و از تهدید کرونا به عنوان فرصت استفاده نمود.

### سازمان مسئول و سازمان همکار کدامند؟

چنانچه سازمان مسئول و همکار دچار آسیب شد، سازمان جانشین کدام باید باشد؛ همچنین سازمان پشتیبان کدام است. اینها تمریناتی است که عزیزان در هر جایگاه مسئولیتی که هستند باید به این موضوعات توجه کنند. گاهی نگاه، سازمانی و گاهی فردی است.

### وظایف مدیران

- برنامه ریزی
- جلب مشارکت مردمی
- سازماندهی
- بکارگیری نیروی انسانی
- رهبری
- نظارت

## وظایف مدیران چیست؟

متأسفانه در فرهنگ ایران همه خود را مدیر فرض می‌کنند با همین نگاه مرکز آموزش مدیریت دولتی در رابطه با موضوع مدیریت تمرین کنید.

– اهل مطالعه باشد

– به فضای مجازی مراجعه نموده و گاه استفاده نماید.

– باید برنامه‌ریزی کند؛ حتماً نباید برایش دستورالعمل ارسال شود که مرخصی‌ها لغو است و همه در محل کار خود حضور داشته باشند؛ اینکه در موضوع کرونا دولت همه سفرهای استانی را تعطیل و پی در پی جلساتی را گذاشته، بسیار نگاه ارزشمندی است. افراد کنار هم جمع شده و نقدها و جمع‌بندی‌ها صورت گرفت و کار را پیش بردند رئیس جمهور محترم نیز در تمام جلسات مربوط به کرونا شرکت کردند که اینها بسیار ارزشمند است.

– باید جلب مشارکت عمومی کند. اینکه گمان کنیم چون ما یک موسسه کوچک هستیم و باید همه امور خود را اداره کنیم واقعا این گونه نیست. یک رئیس معدن یا یک رئیس کارخانه هم باید فکر کند علاوه بر مدیریت کنترل بهداشت فردی کارمندانش در رابطه با اعضای خانواده او هم برنامه ریزی، اطلاع‌رسانی و آموزش داشته باشد. مشارکت مردمی بسیار ارزشمند است؛ اینکه یک پیرزن استان لرستانی اقدام به تمیز کردن دستگاه‌های خودپرداز شهر خود می‌کند واقعا ارزشمند است؛ هر چند به دلیل عدم آموزش‌های لازم در هنگام ضدعفونی کردن دستگاه‌های خودپرداز توسط مردم به جهت شستشو با آب، تعداد ۶۰ دستگاه از آن آسیب دید که اگر مدیر بانک اشاره می‌کرد که ضدعفونی این دستگاه‌ها را خود انجام می‌دهیم این اتفاقات نیز نمی‌افتاد. باید از مردمی که اقدام به راه‌اندازی کارگاه جهت تولید ماسک و مواد ضدعفونی کننده کردند تشکر کرد و از کسانی که برای اولین بار در موضوع تولید وارد شدند و از کاربری محل تولید خود جدا شده و با کسب مجوز آسان از وزارت بهداشت اقدام به تولید کالاهای مربوط به این موضوع نمودند تشکر کرد که کار بسیار ارزشمندی بود. همچنین برخی از کارخانجات خودروسازی به جهت عدم در اختیار داشتن بهداشت فردی کارکنان مجبور به تعطیلی کارخانه گردیدند و این موضوع آسیب‌هایی به همراه آورد؛ البته بنده قصد نقد مدیران آن شرکت را ندارم و هدف ما تمرین است که شرایط بهتر شود. جلب مشارکت مردمی بسیار ارزشمند است که افراد به یکدیگر کمک کنند و اقدام به تولید غذا، ماسک نمایند و بهداشت فردی را آموزش دهند.

– مدیر محترم در سازماندهی تنها به خود و به مجموعه خود فکر نکند. البته این گونه فکر کردن نیز مهم است.

– نیروی انسانی که مهم‌ترین ثروت یک سازمان و نهاد است باید برای سلامتتش چه کاری کرد؟ اگر دچار آسیب شد چه باید کرد؟ باید کمک کرد از خانواده آسیب دیده در اثر بیماری چگونه باید دلجویی و حمایت شود؟ که موضوع بسیار مهمی است.

– همچنین بحث رهبری مدیریت و نگاه مدیریت راهبردی در پسا کرونا باید مجدداً تمرین شود و باید کار جدی صورت پذیرد.

- موضوع مستندسازی نظارت و پیگیری افراد نیز از موضوعات مهم دیگری است که مدیران ما در این جهت باید فکر کنند. چه کسی مدیر بحران خوبی است؟ مدیریت بحرانها متفاوت است؛ ولی بسیار خوب است که افراد یک بازنگری در خود انجام دهند. پرکردن پرسشنامه توسط نهادهای مدیریتی در مجموعه‌های ۱۰۰، ۳۰۰ و ۱۰۰۰ نفره بسیار عالی است که بگویند این فرد در مدیریت بحران از دیگران مناسب‌تر و مسلط‌تر است.

### خصوصیات مدیر بحران

- اعتماد به نفس

- خونسرد مدیریت که خواب شبش خوب نباشد یا قرص فشار یا قند خود را استفاده نکرده باشد؛ قطعاً در مدیریت روز بعد دچار آسیب خواهد شد. باید تمرین کرد که تا چند حد خونسرد هستیم و تا چه حد بی خیال و تا چه حد با یک موضوع کنار می‌آییم. در آیات و روایات ما، آمده است که می‌گوید: خدایا خیلی از ما امتحان سخت‌نگیر یا خدایا به اندازه یک چشم به هم زدن مرا به خود وامگذار و فرمایش پیامبر که می‌فرماید: خدایا ما چگونه به نفس خود غلبه کنیم؛ از طرف دیگر چگونه اضطراب را از خود دور سازیم. خونسردی در مدیریت بحران موضوع بسیار مهمی است.

- سریع الفکر سرعت در تصمیم‌گیری: برخی از افراد وارد فضای احتیاط، محافظه‌کاری، رکود و خمودی شده و در وفق دادن خود با شرایط روز سخت‌گیری می‌نمایند و اهل مطالعه نبوده، در نتیجه به خود آسیب می‌زنند. امیرالمومنین (ع) می‌فرماید: لا ادري، نصف العلم. یعنی نمی‌دانیم نیمی از علم است؛ اگر نمی‌دانید سوال کنید. اینکه برخی می‌گویند چون فردی این گونه گفته یا دکتری این جمله را گفته‌اند؛ پس این حرف آخر است، این گونه نیست و به عنوان مثال، سازمان بهداشت جهانی درباره ویروس کرونا ابتدا اعلام کرد که نرخ مرگ و میر ۲/۹ درصد است؛ پس از گذشت مدتی مشخص شد این رقم ۳/۴ درصد است و رسماً اعلام شد که عدد اول اشتباه بوده و عدد دوم صحیح است که در حال حاضر این رقم به میزان ۸ تا ۱۰ درصد بسته به کشور و جمعیت متفاوت است. این مهم است که انسانها جمود فکری نداشته باشند که اگر کسی عددی را اعلام کرد و قرار شد آن را تغییر دهد، نگران باشد که در استان بگویند عدد را اشتباه اعلام کرده است.

- انعطاف پذیر اینکه شرکتی بگوید فقط تولیدات ما «الف» است و اگر «ب» را تولید کنیم به نشان شرکت آسیب می‌رسد و اگر رئیس شرکت انعطاف‌پذیر باشد این گونه رفتار نخواهد کرد.

- واقع بینی: باید میان ایده‌آل‌گرایی و واقع‌بینی تفکر کرد. اگر امکان تهیه ماسک N95 را علیرغم گرانی و کمیاب بودن داریم، آن را تهیه کنیم و اگر نداریم از ماسک‌های دیگر استفاده کنیم. ماسک N95 مخصوص بخش ICU و بیماران آن و پزشکی که پشت سر هم باید بیماران کرونایی را معاینه نماید می‌باشد. اگر تعدادی از پزشکان دچار آسیب شده و برخی نیز از دنیا رفتند؛ بخشی از آن به این دلیل بود که شبکه بهداشت و درمان آمادگی درمانی لازم را نداشت. ابتدا تعداد ماسک کم بود و همچنین تعدادی بی احتیاطی کرده یا فداکاری یا ایثار کرده و یا بحث را جدی نگرفتند. شاید کسی سخنران خوبی باشد و شاید خیلی مردمی و نماینده مجلس خوبی باشد؛ ولی مدیر بحران خوبی نباشد؛ بنابراین هم خودمان را باید بیاییم و هم

در مجموعه خود، افراد مناسب را جستجو کنیم. بسیار عالی خواهد بود چنانچه روانشناسان هم بیایند و با تهیه پرسشنامه و تصویب آنها در موسسات، سطوح مختلف مدیر بحران معدن، فروشگاه، مدرسه و.... را شناسایی و معرفی نمایند.

## نقش واحد منابع انسانی HR

### ۱- حفاظت از کارکنان

موضوع منابع انسانی از موضوعات مهمی است. روابط عمومی باید درمورد آگاهی‌بخشی به مردم و کارکنان برنامه‌ریزی کند چنانچه افراد سوالی و یا نیازی داشتند به چه بخشی مراجعه نمایند. چه کسی با بیمارستان تماس بگیرد و اطلاعات را به خانواده‌ها منتقل کند و چگونه جویای حال کارمند بیمارمان باشیم. بخش عمده نیروی انسانی در بیمارستانهای دولتی و خصوصی و آموزشی، صرف پاسخگویی به پرسشهای تک‌تک افراد خانواده بیمار که از حال بیمار خود جویا هستند، می‌شود. برای تماسها و مراجعات افراد خانواده مگر چقدر می‌توان نیروی انسانی در نظر گرفت. پرستاری که باید به بیماران رسیدگی کند؛ باید دائما پاسخگوی خانواده‌های بیماران باشد که آیا بیمار ما مثلاً سرفه‌اش بهبود یافته، تب او پایین آمده یا فشارش پایین است یا این دارو یا داروی دیگر را خورده است که اینها نکات مهمی است که باید در مورد آنها خوب فکر شود.

### ۲- تداوم عملیات کسب و کار و گردش کار

اختلاف جدی در این مورد مطرح است که آیا اقتصاد کشور ما دچار آسیب باشد و همچنان تعطیل بماند و اینکه منابع ما پایان نیافتنی است و هرچقدر بخواهیم پول و کالا موجود است؟ خیر. به هرصورت، افراد دارای بدهیهایی چون چکهای بانکی بوده و گرفتاریهای مالی دارند. یک ماه کسب و کار تعطیل باشد یا یک ماه اجاره نگیریم؛ سپس چه؟ همچنین کسب و کار در سطوح مختلف بازگشایی شود؟ و البته واجباتی مانند تولیدات کالاهای بهداشت فردی یا داروخانه‌ها برای رساندن دارو به دست مردم و بیمارستانها برای خدمات‌رسانی، از موضوعات مهمی بود که خوشبختانه تا اینجا به خوبی پیش رفت. امیدواریم که افراد، خسته، بی‌حوصله و بی‌احتیاط نشوند که باعث شود این روند ادامه یابد.

### ۳- مدیریت بحران مالی، کاهش تاثیر منفی مالی بحران بر روی سازمان

مدیریت بحران مالی، کاهش تاثیر منفی بحران به روی سازمان می‌باشد. اگر مدیران برای ادامه کار خود و سازمان مربوطه ذخایری نیندیشیده باشند؛ قاعدتا آسیب آنها بیشتر خواهد بود. مدیری که برنامه‌ریزی کرده و با کارکنان خود صحبت‌ها و هماهنگی‌های لازم درخصوص دقت در صرفه‌جویی در اقتصاد منزل و در استفاده از لوازم بهداشت فردی را انجام می‌دهد، مدیر بسیار خوبی است که با کارکنان خود به‌خوبی صحبت می‌کند و چیزی را از آنها پنهان نکرده و موضوع را کاملاً با آنها در میان گذاشته و دسترسی‌های افراد را فراهم می‌کند که بسیار ارزشمند است. باید از این گونه موارد و مدیران تقدیر کرد.

## سطوح مختلف حفاظتی

### حفاظت سطح اول

ویروس کرونا یک ماده پروتئینی است. اگر شرایط تقسیمش فراهم شود؛ خودش را DNA میزبان می‌چسباند. در بین موجودات مسری آزاردهنده، سرعت جهشش بیشتر است؛ بنابراین سطح اول اینکه، مصوب شد موسسات از پول حداقل استفاده را بکنند. دو کارت بانکی از نظر ایمنی داشته باشند؛ در یکی پول بیشتری داشته باشند و در دیگری پول کمتری بگذارند و مرتب کارت‌ها را ضدعفونی کنند.

### آگاهی در مورد علائم بیماری با استفاده از کانال‌های ارتباطی درون سازمانی

ممانعت از حضور اشخاص دارای علائم بیماری سرما خوردگی در محل کار و مراجعه آنان به پزشک: کارکنانی که با مردم عادی سرو کار دارند را از علائم بیماری آگاهی دهیم. درب ورودی تب‌سنجی انجام شود (مدیرها، کارکنان و ارباب رجوعان را تب‌سنجی کنند).

### ۱. ممانعت از حضور اشخاصی که مجاورت با افراد دارای علائم سرماخوردگی داشته اند، در محل کار تا تعیین تکلیف بیمار

مجوزهای ورود افراد (مشکوک به بیماری) را لغو کنیم. ممکن است افراد ناراحت شوند. بالاخره افراد باید واقع‌بین باشند و قبول کنند که بهتر است حضور نداشته باشند.

### ۲. تجهیز کارکنان خط مقدم (در ارتباط با مشتریان) به ماسک، عینک حفاظتی و دستکش

کارکنان خط مقدم که با ارباب رجوع سروکار دارند از ماسک و دستکش استفاده کنند. حتماً نیاز به نقاب محافظ نیست. عینک هم چشم را محافظت می‌کند.

**ضد عفونی مکان‌های دارای چند کارمند در پایان ساعات کاری** چند نفر از کارمندان بعد از ساعت کاری، ضدعفونی را انجام دهند.

**قرار دادن مایع ضد عفونی کننده در کنار دستگاه‌های ATM و کارت خوان** مایعات ضدعفونی کننده در کنار دستگاه‌های خودپرداز و کارتخوان و جاهایی که بیشترین ارتباط را با مردم دارد، قرار گرفته است و فرهنگ‌سازی خوبی در این زمینه صورت گرفته است. بسیاری از فروشگاه‌های زنجیره‌ای، اسپری ضدعفونی و دستمال کاغذی گذاشتند. تعداد بسیاری از عزیزان سرعت وارد عمل شدند و تونلهای ضدعفونی را درست کردند. در مورد وایتکس، مشکلاتی در مورد غلظت آن ایجاد شد که متأسفانه عده‌ای دچار مشکلات ریوی شدند.

**اضطراب افراد:** تعدادی از بیماران ما به خاطر اضطراب بیش از حد به آزمایشگاه یا بیمارستان مراجعه کردند و یا سی تی اسکن کردند و به خودشان اشعه اضافی دادند. فضای سی تی اسکن‌ها در زیرزمین‌هاست و تهویه مناسبی ندارد یا ضدعفونی نشده است و به خاطر فقط اضطراب و اصرار بر سی تی اسکن، باوجودی که پزشک گفته ضرورتی به انجام دادن آن نیست، این کار را انجام دادند و مبتلا شدند.

#### حفاظت سطح دوم: افرادی که خط مقدم نیستند

**جایگزینی ابزارهای لمسی با ابزارهای غیر لمسی** کسانی که از ابزارهای لمسی استفاده می‌کنند از دستگاههای غیرلمسی استفاده کنند.

**توزیع ژل‌های ضدعفونی کننده در سازمان** سازمانها باید ژل ضدعفونی کننده هم برای محل کار و هم برای منزل افراد تهیه کنند.

۱. کاهش دسترسی به مکان‌های سیگار کشیدن و محدود کردن تعداد افراد مجاز به ورود به این مکان‌ها
۲. استفاده از ظروف یکبار مصرف (لیوان‌ها، بشقاب‌ها، قاشق و...) غذا در ظرفهای باز توزیع نشود. چای در لیوان و استکان سرو نشود؛ در ظروف یکبار مصرف سرو شود؛ چون ممکن است به خاطر شستشوی دوباره، غلظت‌ها رعایت نشود و این کار مشکل ایجاد می‌کند.
۳. تشویق به نوشیدن مایعات به صورت مکرر افراد مایعات زیاد بنوشند. مصرف استاندارد نوشیدن آب در ایران خیلی کم است. ما عادت داریم آب سرد مصرف کنیم که بشدت برای این ویروس خطرناک است. آب ولرم و مایعات گرم را بیشتر استفاده کنیم. افرادی که دچار این بیماری شدند؛ اگر دمنوش آویشن، پونه و نعناع استفاده کنند، بسیار موثر است. تمرین کنیم مایعات گرم را بیشتر مصرف نماییم که در این زمینه باید فرهنگ‌سازی کرد.

#### ۴. به حداقل رساندن مسافرت‌ها

**درخواست از کارکنان به دقت در تغذیه، مصرف میوه، استفاده از مکمل‌های ویتامینی** افراد در مورد رژیم غذایی‌شان دقت کنند و مکملهای ویتامینی استفاده کنند. در رژیم غذایی و ژنتیک ما کمبود ویتامین دی مشاهده می‌شود و در ایران، امر شایعی است. به همه افراد توصیه می‌کنیم که ویتامین دی را هفته‌ای یکبار یا ماهی یکبار با نظر پزشک با مقدار ۵۰۰۰۰ استفاده کنند که در تقویت سیستم ایمنی بسیار موثر است. ویتامین D را به خاطر پوکی استخوان می‌شناختیم؛ ولی اکنون دانستیم که در افزایش فشارخون، دیابت و سرطان، ناباروری و سیستم ایمنی تاثیرگذار است؛ در مورد ویتامین «E» هم مطالبی وجود دارد که مفید است. در مورد مصرف «روی» هنوز تحقیقات انجام شده به اثبات نرسیده است که خیلی اهمیت داشته باشد. در مورد مکمل ویتامین «C» هم بر روی بیماری اثر معکوس دارد و به تقویت کپسول ویروس کمک می‌کند که هنوز جدی گرفته نشده است.

### حفاظت سطح سوم:

کاهش استفاده از کاغذ و ترغیب به استفاده از ایمیل و فضای مجازی: از کاغذ حداقل استفاده را بکنید. فضای ذهنی خود را به سمت پست الکترونیک و بدون کاغذ ببرید. خوشبختانه بیمارستان‌ها به سمت الکترونیکی شدن حرکت نمودند. همچنین استفاده مردم از موبایل بانک و اینترنت بانک، بسیار ارزشمند است.

کاهش جلسات تا حد امکان و جایگزینی با ویدئو کنفرانس و تماس تلفنی جلسات را به حداقل برسانیم؛ با فاصله بنشینیم و به صورت برخط آنها را برگزار کنیم

کاهش کلاس‌های حضوری آموزشی و استفاده از تکنیک‌های آموزش از راه دور اینکه فرزندانمان عادت بکنند پای تلویزیون بنشینند و آموزش ببینند و معلم خودشان را ندیده و با یک معلم جدید آشنا شوند بسیار خوب است که باعث میشود انعطاف‌پذیری‌شان بالا برود. ورود آموزش و پرورش و صدا و سیما به این فضا بسیار تاثیر گذار است. استفاده از تکنیک‌های آموزش از راه دور و آموزش مجازی بسیار لازم است.

### ممانعت از استفاده از غذاهای روباز و جایگزین ساختن آن با غذاهای بسته بندی

ضد عفونی ساختن وسائط حمل و نقل سازمانی بعد از استفاده این در قالب مدیریت سازمانهای کوچک مطرح می‌شود درخواست از کارکنان جهت رعایت نظافت فردی و محیطی با کارکنان صحبت کرده و آموزششان دهیم.

ترویج حس مثبت نسبت به سازمان. در بحث بهداشت فردی و محیطی به افراد کمک کنیم تا احساس کنند مثبت هستند توقف خدمات ورزشی و مهد کودک... سرانجام درجهایی که ویروس می‌تواند منتقل شود مانند مهد کودک و سالنهای ورزشی، تسهیلات را متوقف کنیم.



### پدافند غیر عامل

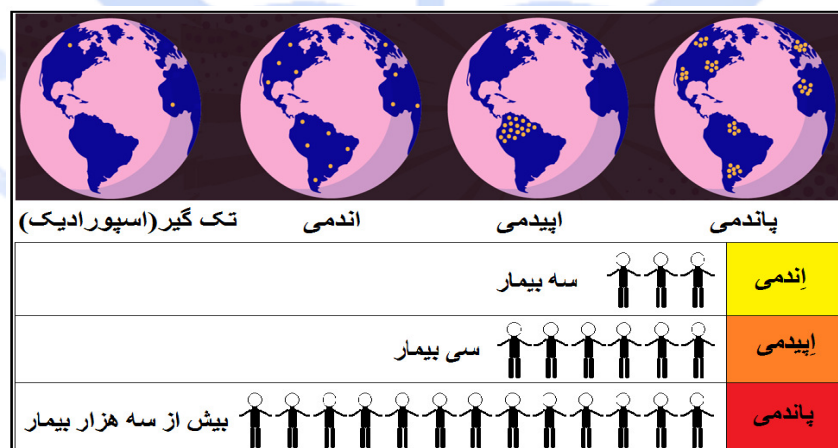
مؤسسات باید در هر فضایی به پدافند «غیرعامل» فکر کنند. وقتی جنگ است نظامی است؛ و موقعی پدافند است. آسیب پذیری‌مان را باید کمتر نماییم. در مورد بحرانها باید ظرفیت سازی شود. شرکتها و مؤسسات باید در هر شرایطی به آن فکر

کنند. تصور این است که این امر، کار ارتش، بسیج و سپاه است. البته یک موسسه به نام موسسه پدافند غیرعامل که بودجه دارد وجود دارد که با موسسات دیگر تعامل و کار می‌کند و کار را پیش می‌برد. در بحث سایبری چه می‌خواهیم بکنیم. این موضوع فردی هم اتفاق می‌افتد. مانند اینکه اخبار اعلام می‌کند که فردی به اشتباه کارت بانکیش را اعلام کرده و پول از آن برداشت کردند (زمانی ملی است و گاهی هم فردی).

### پایدارسازی مدیریت

حفاظت از تاسیسات و تجهیزات، استمرار خدمات ضروری، موضوع بسیار با اهمیتی است. در کشورمان رسماً اعلام شد که رئیس مجلس، شهردار منطقه، رئیس دانشگاه علوم پزشکی، معاون وزیر بهداشت و رئیس سازمان اورژانس کشور بیمار شدند و به لطف الهی بهبود پیدا کردند. اگر قرار بود سیستم، قائم به شخص شود و به هم بریزد، خیلی سخت بود. سیستم‌ها بالنده هستند که توانستند کارشان را پیش ببرند. هر پدر خانواده‌ای، اگر فکر کند وقتی دچار بیماری شد و یکی، دوهفته در خانه نبوده و یا در قرنطینه باشد؛ چطوری باید خانواده امرار معاش و مدیریت شوند، چگونه باید تقویت قوای روحی‌شان صورت بگیرد و اطلاع‌رسانی شود. بیمار شدن نشانه ضعف ماست. خیلی‌ها ممکن است در این فضا وارد شوند که چه رئیس دانشگاهی هست که بیمار شده و رعایت بهداشت فردی را نکرده است. وقتی آقای بوریس جانسون، نخست‌وزیر انگلستان بیمار می‌شود؛ پزشک یا رئیس دانشگاه و پزشک ما هم می‌تواند بیمار شود. مسلماً خوب است که رعایت بهداشت فردی انجام شود. به هر حال، در بحث اطلاع‌رسانی، اطلاع‌رسانی به موقع و دیر اطلاع‌رسانی کردن اهمیت دارد. برخی اوقات، بی‌احتیاطی و سهل‌انگاری می‌تواند باعث بیماری شود.

**تامین نیازهای مردم** مردم شریف ایران به خاطر تمریناتی که در شرایط جنگ داشتند. برای تحریم‌ها و به خاطر بحرانهایی که برای سیل و زلزله داشتند، به بالندگی‌ای رسیدند که در این شرایط، فروشگاه‌هایشان خالی نشد. در کشوری مثل آمریکا به خاطر اینکه فیلم «شیوع» را که در ۲۰۱۱ تولید شده بود، دیدند؛ همه رفتند اسلحه خریدند.



### شیوع ویروس کرونا در ایران و جهان و مسائل بهداشتی

در کشور ما، بحث پاندمی ویروس کرونا به عنوان یک معضل جهانی مطرح شد. البته با رقم سه میلیون نفر مبتلا در جهان از هشت میلیارد انسان، این رقم قابل توجه است که اهمیت دارد. بسیاری از کشورها عددهایی بسیار وحشتناک و بزرگتر از ما دارند. دقت کنید که ایرانیان سبک زندگی‌های متفاوتی داریم. مردم ایران به نظر می‌رسد که از جهاتی شیوه زندگی بهتری دارند؛ به دلیل اینکه در بحث دفع ادرار و مدفوع، شست و شو و استفاده از دستمال کاغذی رعایت‌های بهداشتی خیلی بهتری دارند. در کشوری مثل ایتالیا عدد بسیار بزرگی بود؛ به خاطر اینکه جمعیت ایتالیا جمعیت مسنی می‌باشد. در کشور فرانسه عددها بسیار بالا رفت؛ به دلیل اینکه مشخص شد مسکنی مثل ایوبروفن که در ایران بیشتر به نام ژلوفن آن را می‌شناسند، استفاده می‌کنند که سیستم ایمنی را تخریب میکند و قرار شد که مصرف نشود. در کشوری مثل آمریکا به علت مصرف الکل زیاد، به علت حداقل‌های سیستم بهداشت فردی و به علت زیرساخت‌های مشکل‌دار جدی سیستم نظام سلامتشان، عددها به شدت بزرگ می‌باشد و الحمدلله، کشور ما از این جهت خیلی خوب مقاومت کرد. ما پاندمی‌های متعددی در دنیا داشتیم؛ یک زمان، طاعون پاندمی بود؛ زمانی هم در کشور ما تیفوس خیلی تلفات می‌داد و عددهای بزرگی از آدم‌ها را از دنیا برد؛ مالاریا و مواردی از این دست نیز همین‌طور بودند.

به نظر می‌رسد که کره زمین و طبیعت به سمت آسیب‌های ویروسی جدی و مهمی در آینده برود که باید برای آن برنامه‌ریزی بیشتری کرد.

### آمارهای جهانی و سایت معتبر اخبار کرونا

دوستانی که علاقه‌مند هستند؛ می‌توانند به وب‌سایت [www.worldometers.info](http://www.worldometers.info) and coronavirus مراجعه کنند که به ساعت و لحظه بر اساس آمارهای بین‌المللی و عددهایی که کشورها اعلام مینماید قابل مشاهده است. کشور ما زمانی بعد از چین، عدد دوم جهان بود که الان عدد هشتم هست. می‌توانیم خوشحال و شاکر باشیم که مردم ما بیشتر رعایت می‌کنند. آمارهای جهانی نشان می‌دهد که یک اوج رشدی داشتیم؛ اکنون به سمت کاهشی هستیم. عددهای ما به بزرگی کشورهای مثل آمریکا، ایتالیا، اسپانیا، انگلستان، فرانسه و... نیست و ما عدد دوم را به عدد هشتم کاهش دادیم. به نظر می‌رسد که زیرساخت‌ها خوب توانستند مقاومت کنند و باید از همه عزیزانی که در این جهت کمک کردند تشکر و قدردانی نمود و امیدوار بود که ان شاء الله این منحنی همچنان کاهشی باشد.

### رعایت بهداشت فردی

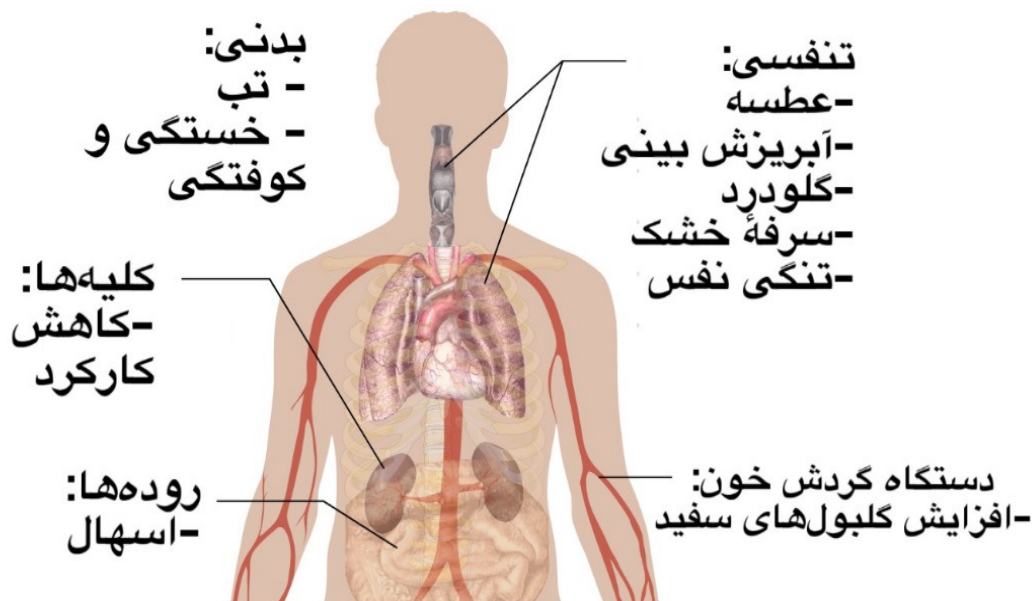
باید در بخش بهداشت فردی بسیار کار کنیم. البته مواظب وسواس باشیم؛ ما باید دستانمان را با آب و صابون بشویم و مواظب باشیم که ماده صابونی که استفاده می‌کنیم، سیب سلامت دارد؟ استاندارد هست؟ در کنارش از یک کرم نرم‌کننده استفاده کنیم که پوست فرد دچار آسیب نشود.

**راه ورود ویروس به بدن** پوست آسیب‌دیده یکی از راه‌های جدیدی است که ویروس می‌تواند منتقل شود. در



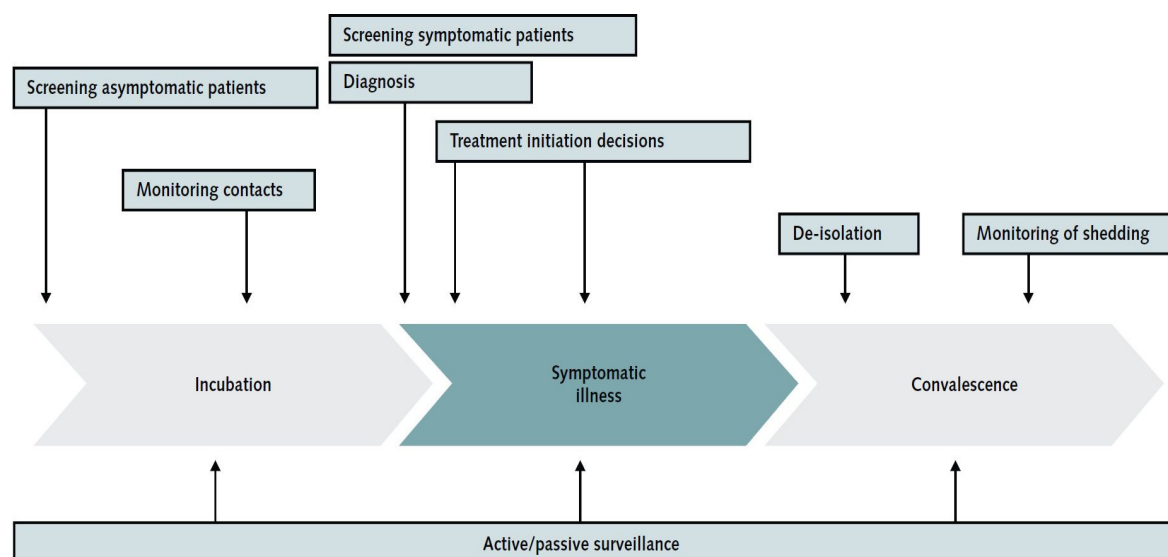
خصوص این ویروس خاص به نظر می‌رسد که از طریق مخاط از طریق ریه منتقل می‌شود. خطر عمده این هست که فرد دچار تنگی نفس شود؛ هر وقت دچار این علامت شدید، بلافاصله به بیمارستان مراجعه کنید.

## نشانه‌های بیماری کروناویروس ۲۰۱۹



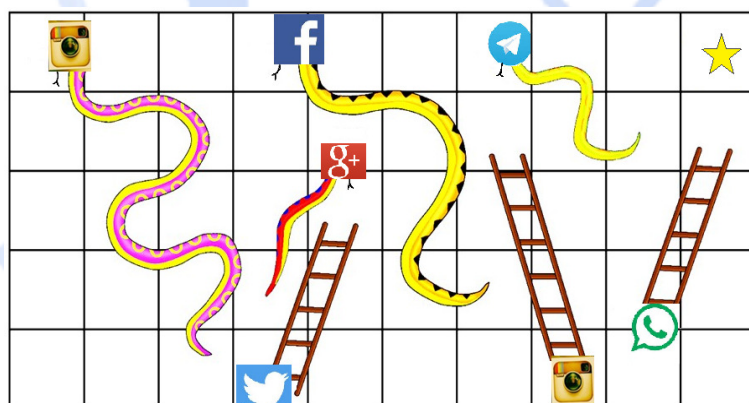
### علائم بالینی کرونا ویروس

در بیمارانی که به ویروس کرونا مبتلا شدند؛ یک مقداری کاهش حجم ادرار دیده شده است به خاطر اینکه کلیه‌ها دچار آسیب می‌شود، تنگی نفس، تب بالا و بعد در آزمایش‌های خون، کاهش گلبول سفید، ضعف عضلانی شدید و بعضی از افراد فقط با کاهش سطح بویایی، علامت خودشان را نشان دادند. تعدادی دچار اسهال شدند و در موارد محدودی اسهال خونی هم دیده شد. آنچه مهم هست؛ اینکه سعی کنیم این اطلاعات را از منابع موثق بگیریم و پیش ببریم.



### مراحل سیر بیماری

ویروس یک دوره نهفتگی دارد. اینکه تصور کنیم من الان آزمایش دادم؛ و حالم خوب است، این طور نیست. اگر الان خوب هستید؛ دلیلی نمی‌شود که شما هفته قبل، دستگیره یک ماشین عمومی را استفاده نکرده باشید یا دستتان را به برگ یک درخت زده باشید و آن برگ توسط فرد قبلی آلوده شده باشد و شما در دوره نهفتگی بیماری باشید. در اوایل، بین سه روز اعلام می‌شد؛ اما الان تا دو هفته هم دوره نهفتگی را اعلام می‌کنند.

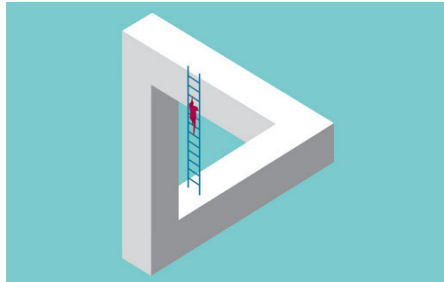


بعد از این دوره که بی‌علامت است؛ دوره علائم بیماری می‌باشد. مواردی دیده شده که واقعا افراد بی‌علامت بودند. خانواده کرونا ویروس شناخته شده است؛ اما کووید ۱۹ ویروس جدیدی است؛ لذا اینکه تصور کنیم دکترها حرف‌های متفاوتی می‌زنند به علت وجود منابع متفاوت است.

### شبکه‌های اجتماعی و نقش آن در کرونا

آسیب عمده شبکه اجتماعی اینجاست که ما یک شمشری دولبه داریم. لطفا فکر کنید که چه کسی از کجا دارد اخبار را تولید می‌کند و دنبال چه فضای ذهنی برای همه ما می‌باشد. اطلاع‌رسانی صدق و کذب بسیار مهم است. در دستورات اسلامی ما نیز به آن اشاره شده است که به هیچ‌وجه مومن نباید دروغ بگوید و توجیهی برای آن نیست. سرعت و گستره نفوذ شبکه‌های اجتماعی بسیار مهم است. یک مار و پله‌ای داریم که نیش‌های متفاوت می‌توانند ما را دچار

آسیب کنند و پله‌هایی که می‌توانند منجر به ترقی ما شوند. باید به این موضوع نیز توجه داشت شبکه‌های اجتماعی، ارزان و در دسترس است. رهبر معظم انقلاب نیز می‌فرمایند که اگر من رهبر انقلاب نبودم؛ دوست داشتم که رئیس شبکه‌های اجتماعی باشم که این خود ارزش و اهمیت آن را نشان می‌دهد. برخی هم می‌گویند ما اهل شبکه‌های مجازی نیستیم اطلاعات غلط دارند؛ باید به آنها گفت که شما می‌توانید از این شمشیر دو لبه استفاده کنید. این ارزشمند است که مقام معظم



رهبری، چندین شبکه اجتماعی و چندین اکانت دارند. اطلاعات به‌روز را به مردم می‌رسانند و از این فضا استفاده می‌کنند. شبکه‌های اجتماعی شبیه اکسیژن می‌توانند مهم باشند.

پارادوکسی داریم؛ خبر درست بدهیم که مردم سراغ خبر غلط نروند. منبع درست مطرح کنیم و به‌روز باشیم که مردم دچار آسیب نشوند.

### انواع شبکه‌های اجتماعی

- شبکه‌های اجتماعی باز
- شبکه‌های اجتماعی مخصوص سلامت

شبکه‌های اجتماعی باز، شبکه‌های اجتماعی مخصوص سلامت و بحث حمایتی عاطفی پرسش و پاسخ پزشکان، بسیار ارزشمند بود. متخصصین ما گفتند الان فضای ما، فضای اقتصادی هست. مطب‌ها تعطیل است ولی ما به مردم جواب می‌دهیم. صفحات اینستاگرامی راه افتاد؛ با لایو به مردم آموزش دادند.

### خدمات شبکه‌های اجتماعی سلامت

**کمی‌سازی - خودرئایی** انجمن‌ها باید ورود پیدا کنند و اطلاع‌رسانی نمایند. مدیریت بیماری و اثرگذاری بهتر را در شبکه‌های اجتماعی دیدیم.

**نگرانی‌های حریم خصوصی** موضوع مهمی است که باید به آن توجه شود. بعنوان مثال اگر می‌خواهیم از پرستاری تقدیر کنیم به خاطر این که خوب کار کرده است؛ باید مواظب باشیم که صورت فرد بیمار شناسایی نشود یا اجازه ندهیم که افراد در مورد ماسک یا چیزهای دیگر، مطالب عجیب و غریب بگویند. حریم خصوصی باید رعایت بشود.



### نکات مهم در بررسی صحت خبر

**منبع خبر:** باید بررسی و تحقیق کنیم که منبع خبر کیست؟ آیا اگر لینکی دارد آن لینک کار می‌کند؟ آیا آدرس درست هست یا نه؟ بعنوان مثال منبع خبری از مجله بین‌المللی مهم علمی وجود داشت که مشخص شد آن خبر دروغ بوده است یا آدرس مقاله‌ای را دادند که آن مقاله برگشت خورده است؛ پس دیگر آن منبع علمی نیست که از آن استفاده کنیم.

**معقول بودن:** هیچ خبر غیر معقولی را قبول نکنید؛ حتی اگر احادیث اهل بیت ماست. اگر عقل آن را نپذیرفت، قبول نکنید.

**تواتر:** اگر خبری را خبرگزاری‌های مختلف گفتند، این تواتر خبر نشان از صحت خبر دارد. نکته بعدی، کسانی که ادعای علمی می‌کنند؛ مطالب علمی خود را باید ابتدا در یک مجله علمی معتبر به چاپ برسانند؛ بعد آن را خبری کنند.

باید از مراجع محترم تقلید تشکر کرد که بسیار خلاقانه و نوآورانه به روز بوده‌اند. یک مرجع محترم تقلید فرمودند: اگر کسی بداند بیمار است و به بیرون از محیط منزل بیاید و افراد را بیمار کند، حق الناس به گردن او است. همچنین، مرجع تقلیدی که گفتند به افراد آسیب‌دیده از سهم امام نیز می‌توان کمک کرد. مراجعی که اجازه داده‌اند حرم‌ها به خاطر خطر برای زیر یک سقف بودن و به هم نزدیک بودن و خطر انتقال ویروس تعطیل باشند و همین‌طور تعطیلی نمازهای جمعه به دلیل خطر انتقال ویروس، کارهای بسیار ارزشمندی است که باید به آنها توجه نمود و از این افراد تشکر کرد.

### نقش شبکه‌های اجتماعی در روزهای بحرانی شیوع ویروس کرونا

#### وجوه مثبت:

۱. اطلاع‌رسانی
۲. آگاهی‌بخشی و آموزش
۳. همراه‌سازی اقشار مردم

#### وجوه منفی:

۱. جو روانی منفی
۲. ایجاد حس بی‌تفاوتی
۳. بهره‌برداری‌های معاندان



شبکه‌های اجتماعی می‌توانند هم حساسیت‌زا و اضطراب‌آور و هم آرامش‌دهنده باشند. باید در بین این دو زمینه، خیلی با ظرافت و معقولانه پیش رفت. حساسیت‌زدایی و عادی نشان دادن، وضعیت جامعه را دچار آسیب خواهد کرد.

افرادی دیده شده‌اند که حتی در یک مرکز درمانی و بهداشتی بی‌احتیاطی کرده‌اند و اسپری و دستکش ندارند و اجازه نمی‌دهند افراد خودشان کارت بانکی بکشند که این‌ها نماد بی‌احتیاطی است.

**وجوه مثبت شبکه‌های اجتماعی؛** در روزهای بحرانی شیوع ویروس کرونا، اطلاع‌رسانی، آگاهی‌بخشی، آموزش و همراه‌سازی اقشار مردم است. مثلاً گفته شده است که آموزش و پرورش شبکه شاد را ایجاد کرده است. به معاون وزیر، اطلاع‌رسانی شد. ایشان پاسخ دادند با توجه به اینکه جامعه، چندصدایی است و سطوح دسترسی افراد به اینترنت و امکانات سخت‌افزاری مناسب یکسان نیست و باید باور کرد که در فضای پساکرونا باید به سمت آموزش‌های مجازی رفت؛ لذا دانشگاه‌ها اقدام به خرید نرم‌افزار کرده‌اند و اساتید را دعوت به حضور در کلاس مجازی می‌کنند. برای اولین بار دفاع پایان‌نامه دکترها به صورت آنلاین و مجازی انجام شده است که تجربه جدیدی بود. همه آنچه باید برای دفاع پایان‌نامه دکترها باشد، اتفاق افتاد. باید به این موضوع فکر کنیم که انعطاف‌پذیر باشیم.



WORLD VIEW • 14 APRIL 2020

### Social-media companies must flatten the curve of misinformation



The pandemic lays bare the failure to quarantine online scams, hoaxes and lies amid political battles.

**وجوه منفی شبکه‌های اجتماعی؛** جو روانی منفی، ایجاد حس بی‌تفاوتی و اضطراب بیش از حد بسیار تاثیرگذار خواهد بود. بهره‌برداری معاندان و بسیاری از اخباری که اشاره شد؛ متأسفانه از سوی افراد نادانی منتشر شد که در آلبانی جمع شده‌اند و هیچ کاری جز خبرسازی ندارند و استفاده سوگیرانه از این فضا می‌کنند. امیدوار هستیم سطح آگاهی و فرهنگ مردم بسیار افزایش پیدا کند. آیا این موضوع فقط به ایران اختصاص دارد؟ پاسخ خیر است. یکی از مجلات

بسیار معتبر با ضریب اثیر بالا به نام مجله Nature، کلمه‌ای را ساخته است به نام Soda Science به معنی علم کاذب. در یک زمانی حدیث جعل می‌شده است؛ امروزه گروهی مقاله جعلی ارائه می‌کنند. در آنجا، نقل قول از افرادی می‌شود که اصلاً وجود ندارند.

گاهی اطلاع‌رسانی انجام می‌شود؛ در حالی که اطلاع‌رسانی و خبرسازی، اصول و نحوه بیان دارد. در مورد Soda Science و کووید ۱۹، اطلاعات غلط زیادی وجود دارد که باید اصلاح شود و مثال آن، مصداقاً درباره‌ی عدد میزان مرگ و میر است که اشاره شد.

اینکه Social Media Company's چگونه باید با اطلاعات غلط (Miss information) برخورد کنند، موضوع مهمی است که در دنیا درباره‌ی آن بحث شده است.

**اصول پیشگیری و کنترل ویروس کرونا در محیط کار را اندگان | #همراه شو - عزیز**

**و ممانداران وسایل حمل و نقل عمومی: اتوبوس، مینی بوس و تاکسی!**

در اتوبوس، مینی بوس و تاکسی، حتماً وضعیت تهویه مناسب باشد؛ به طریقه شیشه‌ها و دریچه‌های موجود در اینگونه وسایل تخلیه برای ایجاد جریان هوا باز یا نیمه باز باشد.

در صورت بروز هرگونه علائم شبیه سرماخوردگی فصلی در مسافران، مانند تب بالای ۳۸ درجه سرفه و علائم گلودرد، ناراحتی تنفسی و تنگی نفس و علائم گوارشی از قبیل اسهال، بلافاصله فرد را به مراکز درمانی ارجاع دهید.

هنگام تعین کردن وسیله نقلیه، حتماً از وسایل حفاظت فردی، بخصوص ماسک و دستکش استفاده نمایید.

در طول مدت ترافیک مراقب باشید ایستگاه دستکش و ماسک آسیب نبیند. اگر آسیب دیدند، آنها را تعویض کنید.

دستگاه خود را پس از هر بار گذرایی وسیله نقلیه و اصداء پسماندها و وسایل حفاظت فردی خود با آب و صابون یا دقت بشوید.

در محیط کار، قبل از خوردن و آشامیدن، دستهای خود را با بایستی فرج به مدت ۲۰ ثانیه با آب و صابون بشوید. در صورت عدم دسترسی به آب سالم، از مواد ضدعفونی کننده یا پايه الکل استفاده نمایید.

ماده گسترش آلودگی مسئولیت هلال احمر

**جمعیت هلال احمر استان خوزستان ۱۳-۱**

سرویس اورژانس و خدمات

**برای کاهش خطر ابتلا به ویروس تنفسی جدید کورونا**

منبع: WHO

۹

دست‌هایتان را مرتباً با آب و صابون بشوئید

هنگام عطسه و سرفه دهان و بینی‌تان را بپوشانید

گوشت و تخم مرغ کاملاً پخته شوند

از تماس با هر کسی که علائم مشابه سرماخوردگی دارد دوری کنید

از هرگونه تماس محافظت نشده با حیوانات اهلی و غیر اهلی خودداری کنید

ICRC

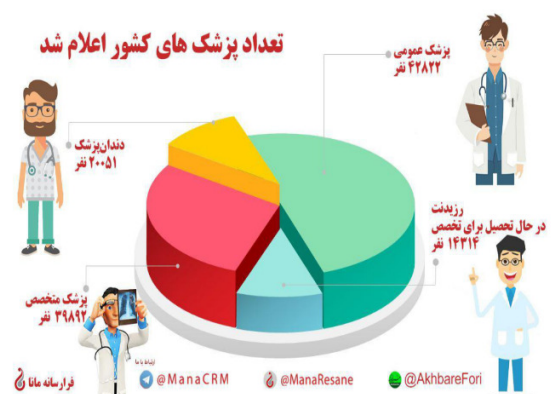
### عمومی سازی موضوع تخصصی کرونا

چگونه موضوع تخصصی و فوق تخصصی ویروس شناسی کرونا و موضوع تخصصی ریه به سطح عمومی آورده شود، موضوع مهمی است که در این دوره به خوبی تمرین شد. باید الگوریتم داده شود که بعنوان مثال راننده تاکسی، نانو، کارخانه ماشین سازی باید چگونه عمل کنند. پوسترهای آموزشی عامل بسیار موثری است. موسسه تیبان، وزارت بهداشت، شهرداری-ها و هلال احمر در این زمینه خیلی موثر بوده‌اند.

علائم ویروس و اشکال مختلف آن موضوع مهمی است که باید به آن توجه شود. باید عادت کرد که نباید خیلی دست به صورت زد. باید عادت کرد که با دست مخالف زیاد کار کرد. کشور کره جنوبی با باز کردن درب با دست مخالف توانست انتقال ویروس را به حداقل برساند. باید صورت را پوشش داد. در صورتی که به حیوان دست زده شود، حتماً دست با آب و صابون شسته شود. سعی شود بیشتر از مواد پخته شده استفاده شود.

### طرح تحول سلامت

خوشبختانه کشور ایران از نظر زیرساختی، بسیار عالی عمل کرده است. طرح تحول سلامت بسیار موثر افتاد؛ اما تعداد متخصصینی که باید به موضوع کرونا پردازند شامل: متخصصین عفونی، فوق تخصص ریه و آزمایشگاه است که در این زمینه محدودیت وجود دارد. درست است که اعلام شده تخت بیمارستانی وجود دارد؛ ولی در کادر درمان محدودیت وجود دارد و باید به این نکته توجه کنیم که آنها ربات نیستند.



### رزمایش بیولوژیک



مقام معظم رهبری جمله‌ای گفته‌اند: باید قرارگاه بیولوژیک ساخته شود و از این فرصت که موضوع بایوتروریست مطرح شده است به عنوان یک رزمایش بیولوژیک استفاده شود و لذا قرارگاه رزمایش بیولوژیک ساخته شد و ارتش و سپاه و بسیج به خوبی ورود کردند و چندین فضای نقاهتگاهی درست شد. باید از این تهدید به عنوان یک فرصت استفاده کنیم. همه سازمان‌ها در مورد رفتار سازمانی خود فکر کنند. تیم تشکیل شود و در کنار آنان پزشکی قرار گیرد و به آنها مشورت بدهد. سخنان این پزشک دستورالعمل است و باید بخشنامه شود. رزمایش بیولوژیک باید تمرین شود. همدلی و وحدت موضوع بسیار مهمی است. می‌توان با رعایت بهداشت فردی و استفاده از ماسک و دستکش و استحمام به تقویت قوای روحی کمک کرد.

تولیدات تجهیزات در کشور افزایش پیدا کرده است. تولید الکل در کشور ۲۰ درصد افزایش یافته است. تولید دستگاه ونیلاتور ۸ برابر شده است. نرم‌افزارهایی در این زمینه تولید شده است. آموزش مجازی، دولت الکترونیک و تجارت الکترونیک مورد استفاده قرار گرفت.

**CORONA TEST ONLINE**

نرم‌افزاری تهیه شده که در آدرس زیر قرار گرفته است:

<https://test.corona.ir/>

این نرم‌افزار کمک بسیار زیادی در کاهش استرس و اضطراب افراد داشته است؛ همچنین باعث کاهش مراجعه افراد به مراکز درمانی شده است.

### اقدامات انجام شده

- ✓ کلینیک روزانه عفونی
- ✓ داروخانه کرونا
- ✓ فراهم کردن امکان رعایت بهداشت فردی کارکنان

✓ جداسازی بخش ایزوله و دیالیز

✓ ایجاد شبکه اجتماعی

✓ تهیه دستورالعمل



دنیا از تجربه ایران استفاده کرده است. رعایت بهداشت فردی، ایثار و همدلی در بین مردم ایجاد شده است که فرصت‌های طلایی است. اگر همه با هم تلاش کنیم می‌توانیم از این تهدید به عنوان یک فرصت استفاده کنیم. سوالات مربوط به کرونا را می‌توان از وزارت بهداشت، هلال احمر، نظام پزشکی و شبکه‌های مجازی مرتبط پرسش کرد.

#### رفتار سازمانی مناسب

✓ سازمانها باید یک بازنگری در مدیریت و جایگزینی داشته باشند. الگوریتم مدیریت بحران زلزله با الگوریتم مدیریت بحران ویروس متفاوت است. می‌توان از الگوریتم مربوط به زلزله استفاده کرد و پس از انجام تغییرات، مورد استفاده قرار داد.

✓ چگونگی جایگزینی هر فرد به جای فرد دیگر

✓ اطلاع‌رسانی و در اختیار گذاشتن اخبار موثق

✓ توجه به ارتباط بیشتر بین مدیران و کارکنان

✓ رعایت بهداشت فردی

✓ مطالعه و به روزرسانی اطلاعات مدیر

✓ ایجاد تیم و ایجاد همدلی بین افراد

**Think globally and act locally**

**پیام بهداشت جهانی: نگاه جهانی داشته باشید و داخلی عمل کنید**