

MAGEN
DAVID
ADOM
IN ISRAEL



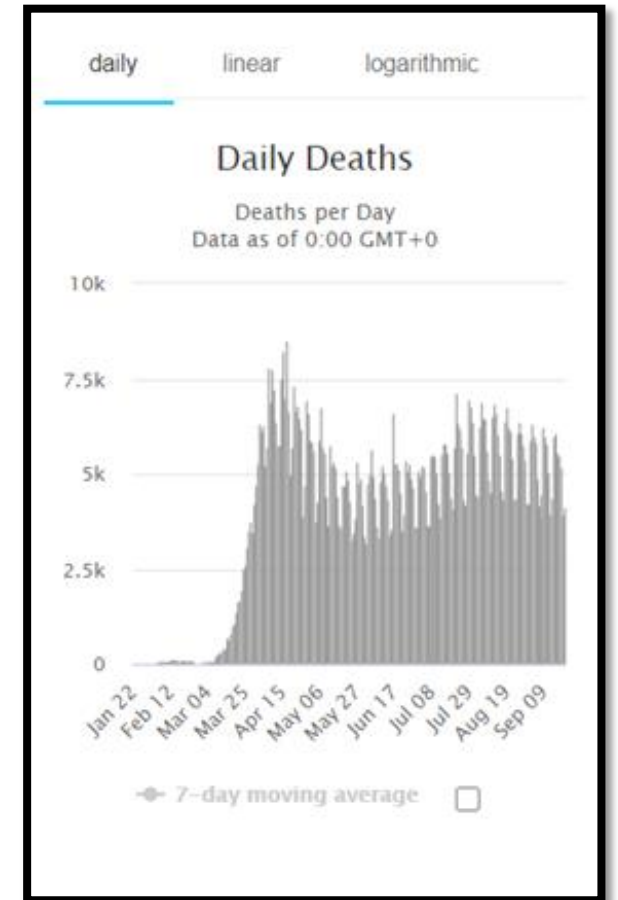
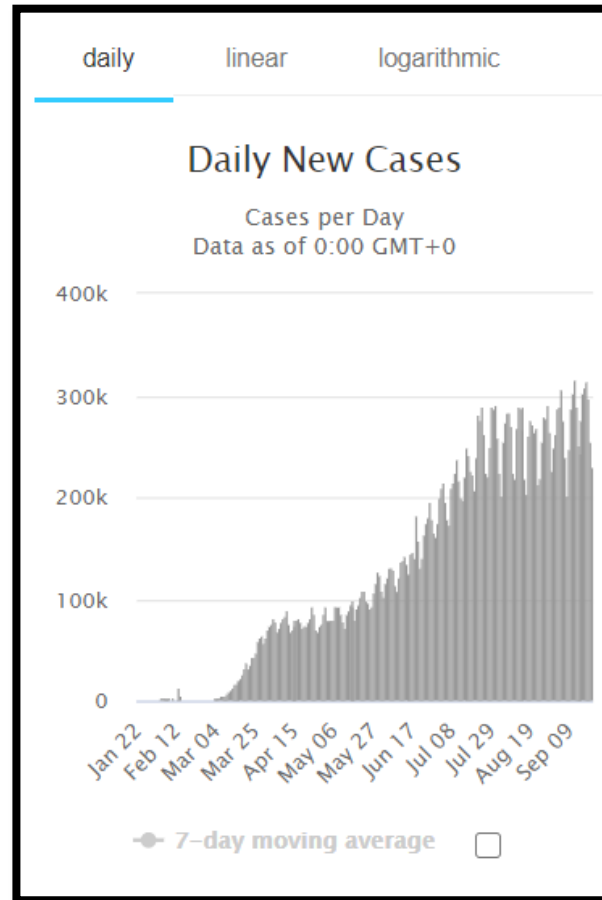
מגן דוד
אדום
בישראל

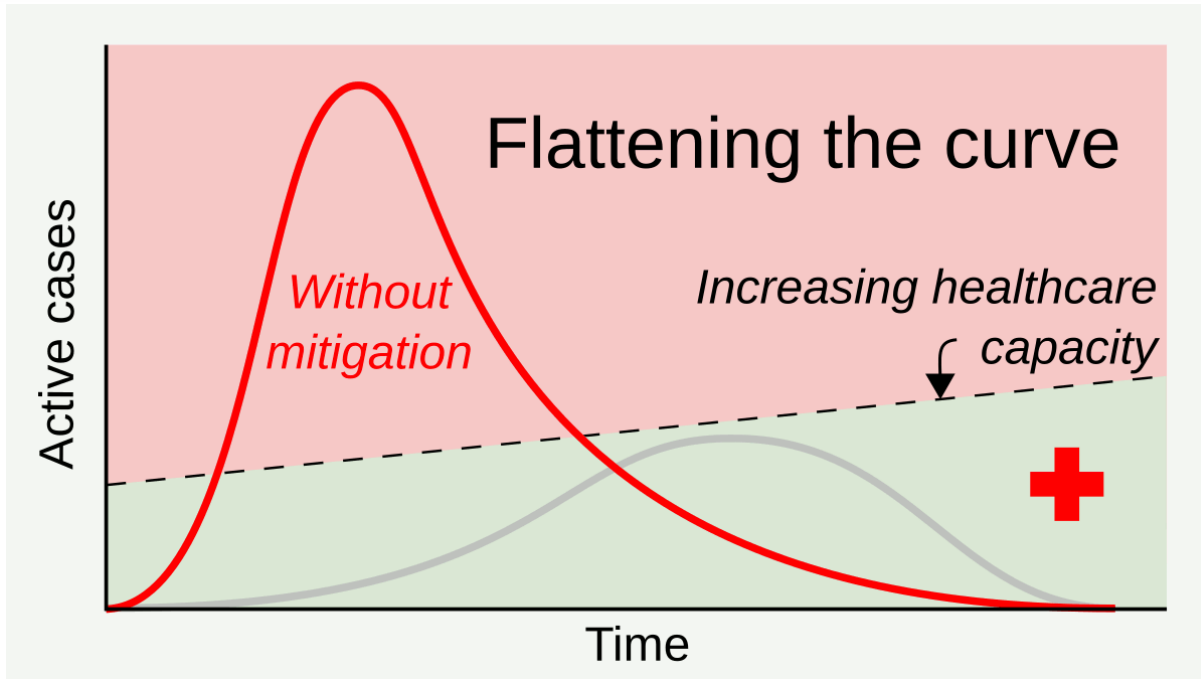
נאמן קורונה – פרוייקטור לגדיעת שרשרת ההדבקה

30.1 - ארגון הבריאות העולמי הכריז מצב חירום בשל התפרצות נגיף הקורונה



World Health Organization

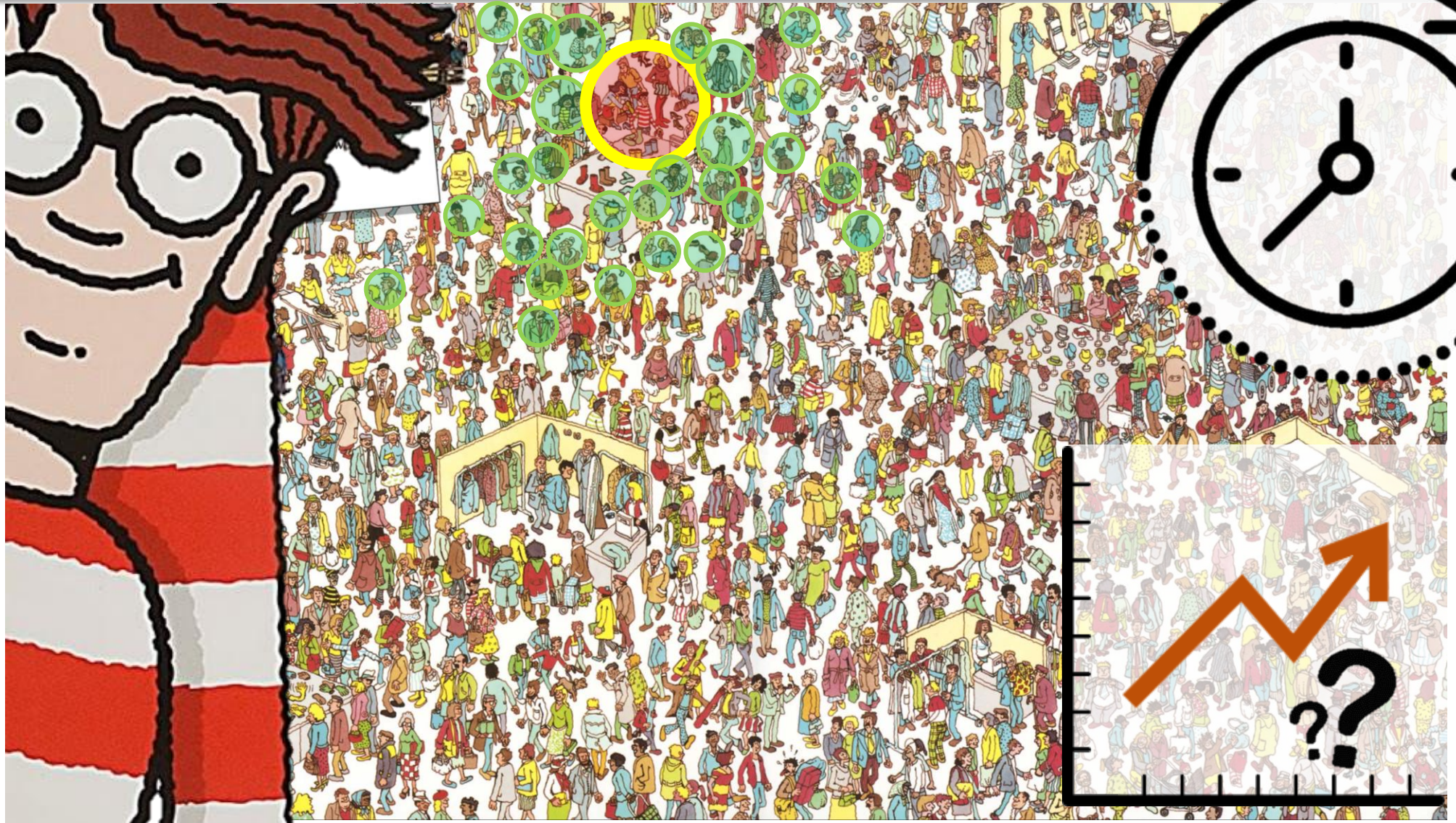




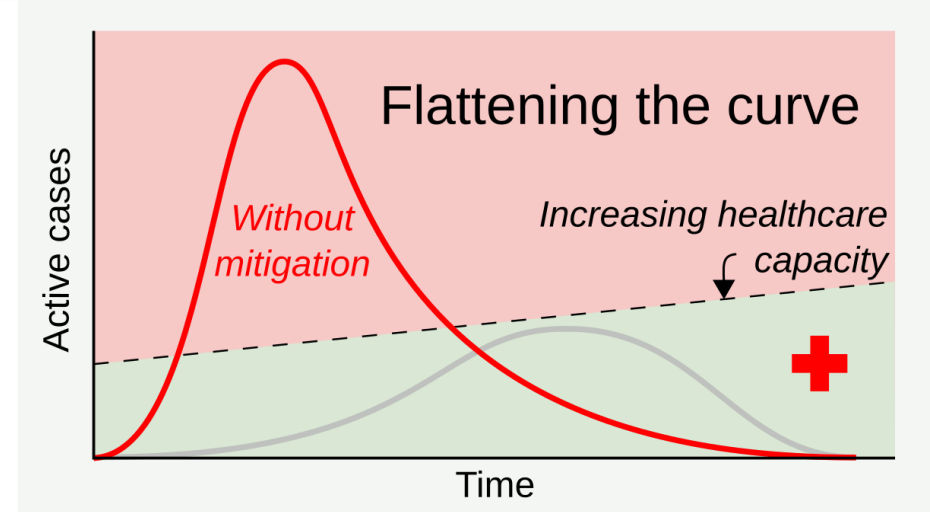
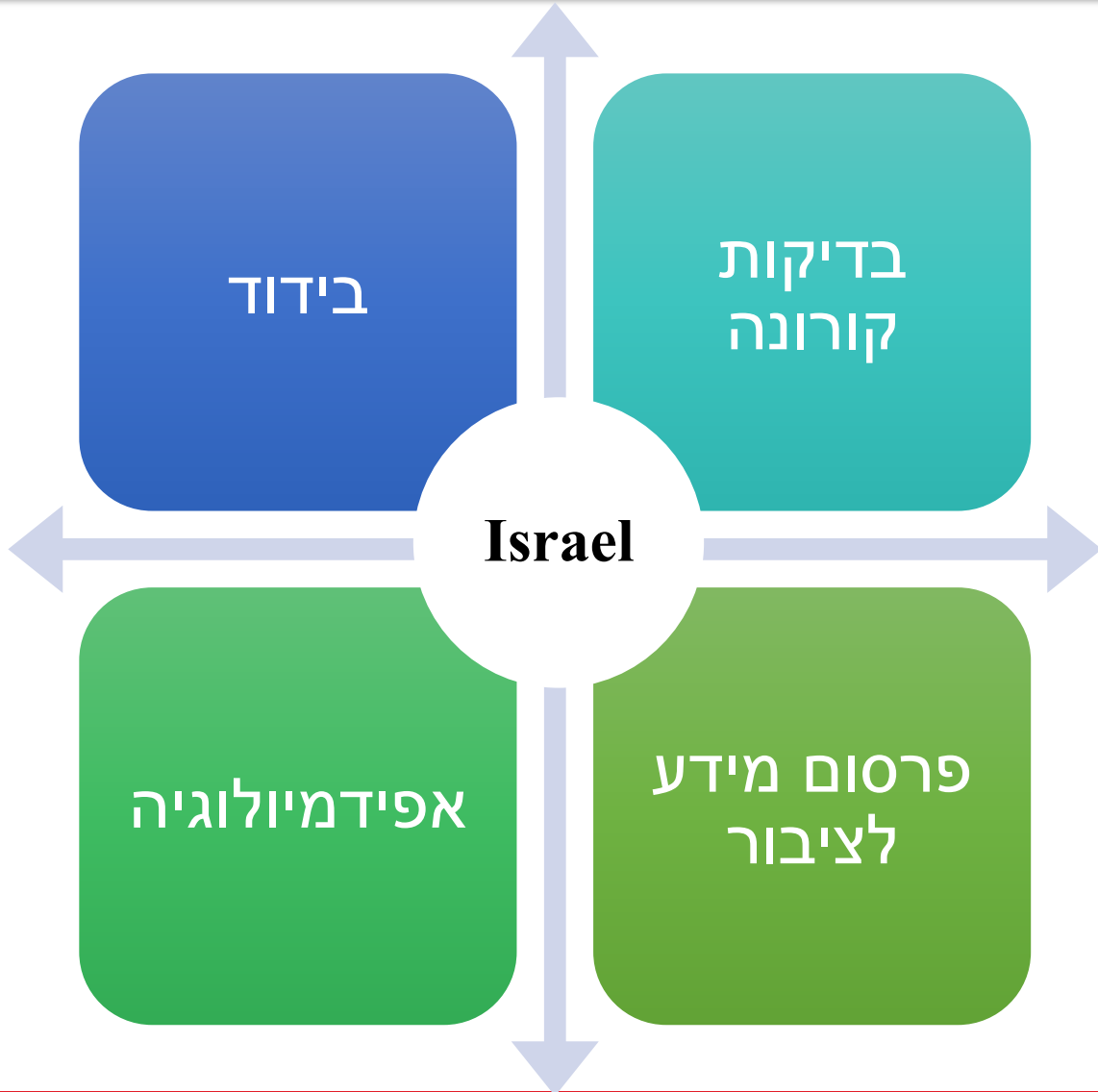
ORIGINAL ARTICLES IMAJ - VOL 22 - AUGUST 2020

Flattening the COVID-19 Curve: The Unique Role of Emergency Medical Services in Containing a Global Pandemic





אסטרטגיית ישראל להתמודדות עם נגיף הקורונה





פרה חשיפה

חשיפה

הדבקה

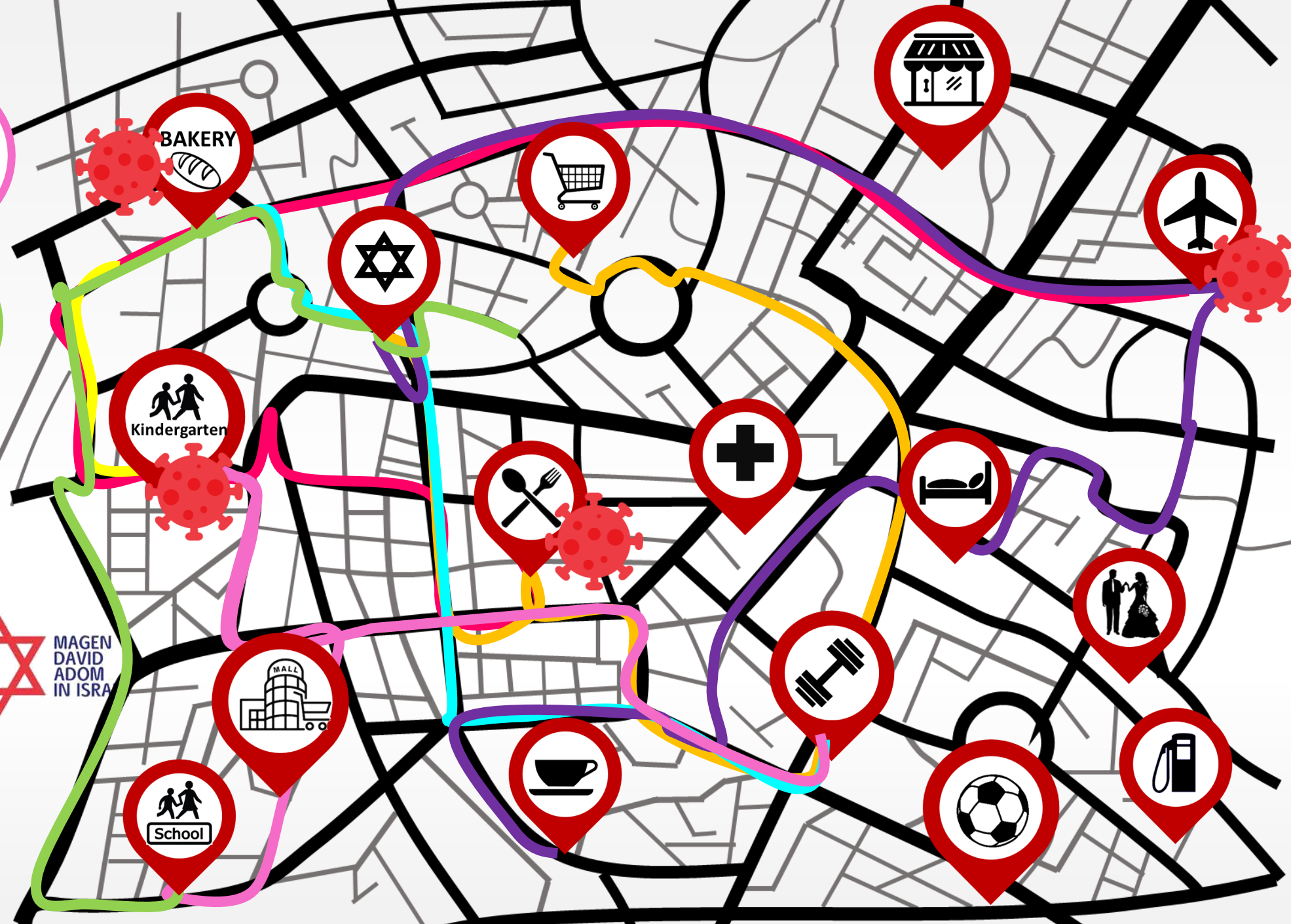
התפרצות

חזרה ל"שגרה"



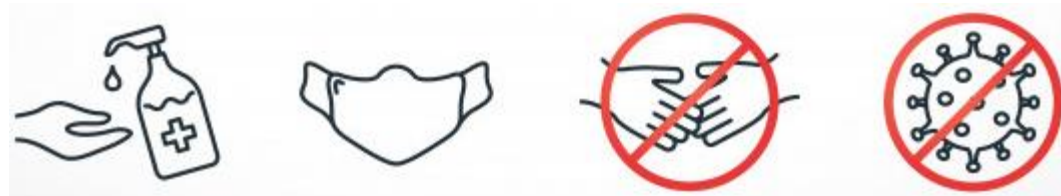
90
Years of Saving Lives

MAGEN
DAVID
ADOM
IN ISRAEL



מה תפקיד הפרוייקטור ?

- נאמן קורונה מייצג את המאבק לגדיעת שרשרת ההדבקה בקרב תושבי היישוב וגם בקרב משפחתו, ידידיו ומכריו.
- הפעילות תכלול הפצת כללי מניעה, ניהול פעולות למניעת ההדבקה, נקיטה בפעולות הסברה, העלאת מודעות סביבתית, יצירת תגובה מהירה בעת חשד להדבקה וסיוע למבודדים, בודדים וחולים כך **נצליח יחד לגדוע את שרשרת ההדבקה**
- חובה להכיר את האסטרטגיה לגדיעת שרשרת ההדבקה ואת הכלים לביצוע המשימה כפי שיפורטו בהמשך.



מהו אופי הפעילות הנדרשת ?

- הפעילות כוללת הסברה, שכנוע ופעילות אקטיבית ביישוב, במוסדות הלימוד ומקומות העבודה ביישוב וגם בקרב המשפחה, חברים, מכרים, וזאת בכל אמצעי התקשורת כמו מדיה חברתית, אימיילים, טלפונים או כל אמצעי אחר.
- הפצת המסר תתבצע תוך שמירה על הנחיות הריחוק החברתי על פי הנחיות משרד הבריאות.

אנו מאמינים שהמאבק במגיפה דורש אורך רוח ואינו מהלך מהיר וחד פעמי.

יש לזכור ששינוי דעת קהל אורכת זמן ודורשת התמדה. לכן, ההצטרפות לפרויקט הינה לשלושה חודשים לפחות.

שלב ראשון - בניית תכנית פעילות והישגים מתוכננים

- רשימה מסודרת של מעגלי השפעה היא החלק הראשון של בניית תכנית העבודה.
- על נאמן קורונה בשירות הציבורי למפות את מעגלי ההשפעה הישירה והעקיפה שלו בתוך היישוב
- על נאמן קורונה בשירות הציבורי להבין על מי ניתן להשפיע – תושבים, מתנדבים, עובדים, תלמידים וגם משפחה, חברים, מכרים, שכנים, חברים במדיה חברתית ועוד.



תכנית הפעולה מחולקת לשני חלקים :

החלק הראשון כולל את הפעילות המתוכננת, הקבועה והשגרתית.

החלק השני הוא הבלתי מתוכנן שגם אותו צריך לנהל ולהתכונן אליו ביעילות. חלק זה כולל את המבודדים ואת החולים מקרב התושבים. אין לנו מידע מתי או אם יהיו מקרים כאלה, אך כדאי להתכונן מראש כוון שהבלתי מתוכנן – נראה יתרחש.

שלב שני – מילוי יומן אישי לכל מעגלי ההשפעה

- כדי לעצור את שרשרת ההדבקה עלינו לדעת היכן היא מתחילה, ומי המושפעים ממנה. לשם כך יצטרך נאמן הקורונה בשירות הציבורי לשכנע את כל מעגלי ההשפעה שלו לנהל יומן אישי שיאפשר התחקות אחר מוקדי חשיפה.
- יומן פגישות אישי הכולל תיעוד כל פגישה שערכת ונמשכה מעל לרבע שעה, שזה פרק הזמן המינימלי לחשיפה, תוך פירוט מיקום הפגישה והנחשפים בפגישה.
- במידה ויופיעו תסמינים המעידים על הדבקה, מיד לאחר הפניה לרופא המטפל או למשרד הבריאות חשוב ליידע את כל הנחשפים שהיו בקרבה בשבוע האחרון ולהודיעם על הופעת התסמינים.

היומנים הינם אישיים ולא תהיה בקשה לחשוף אותם בשום שלב

יומן אפידמיולוגי לשימוש אישי

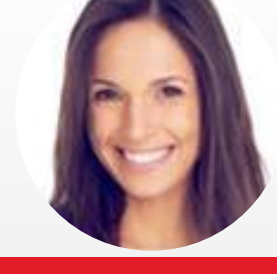
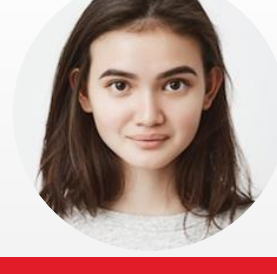
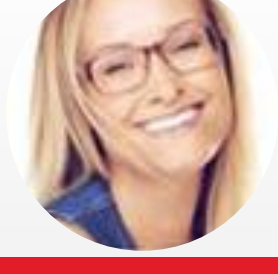
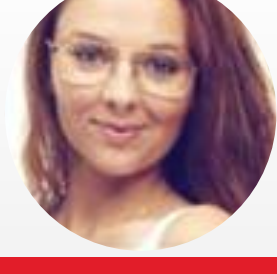
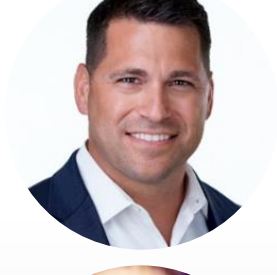
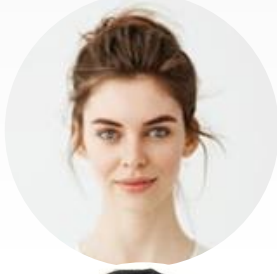
לנוחיותכם

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון	
						פגישה עם אלי ורן במשרד	8-10
						זום במשרד לבדי	10-12
						ארוחת צהריים בארומה עם לאון ורות	12-14
						חנות לכלי בית בקניון הגדול	14-16
						נסיעה הביתה ברכב עם בת-אל ואלי	16-18
							18-20
							לילה

חשוב! עודד את כל מעגלי ההשפעה שלך למלא את יומניהם האישיים בקפידה

תאריך השבוע: _____ הערות

זהה את המפיץ



מיהו מפיץ על ?

- אדם הנחשף לקבוצות גדולות יותר ולמספר קבוצות גדול יותר אשר יגדיל משמעותית את שרשרת ההדבקה לדוגמא: צלם חתונות, מורה מקצועי ועוד
- לאחר מיפוי מפיצי העל מקרב מעגלי ההשפעה שלך חשוב שתקבע שיחה ראשונית בה תסביר ותזהיר אודות הסכנות הצפויות להם באופן אישי ולציבור עמם הם נפגשים.
- לאחר השיחה הראשונית עם שותפים למעגל ההשפעה שהם בעלי פוטנציאל הפצה גבוה יש להקפיד לתכנן שיחות נוספות במהלך החודשים הקרובים. יש לנהל יומן אשר יעזור לנהל את ביצוע השיחות



- הסבר על הסיכון והאחריות החלים עליהם אישית
- הקפדה על 4 מטר מהקהל איתם הם פועלים
- הקפדה על עטיית מסכות
- להודיע במייד במידה והחלו להופיע תסמינים ואיסור יציאה מהבית
- לבקש מהרופא בדיקת סקר לנוגדנים או בדיקת קורונה

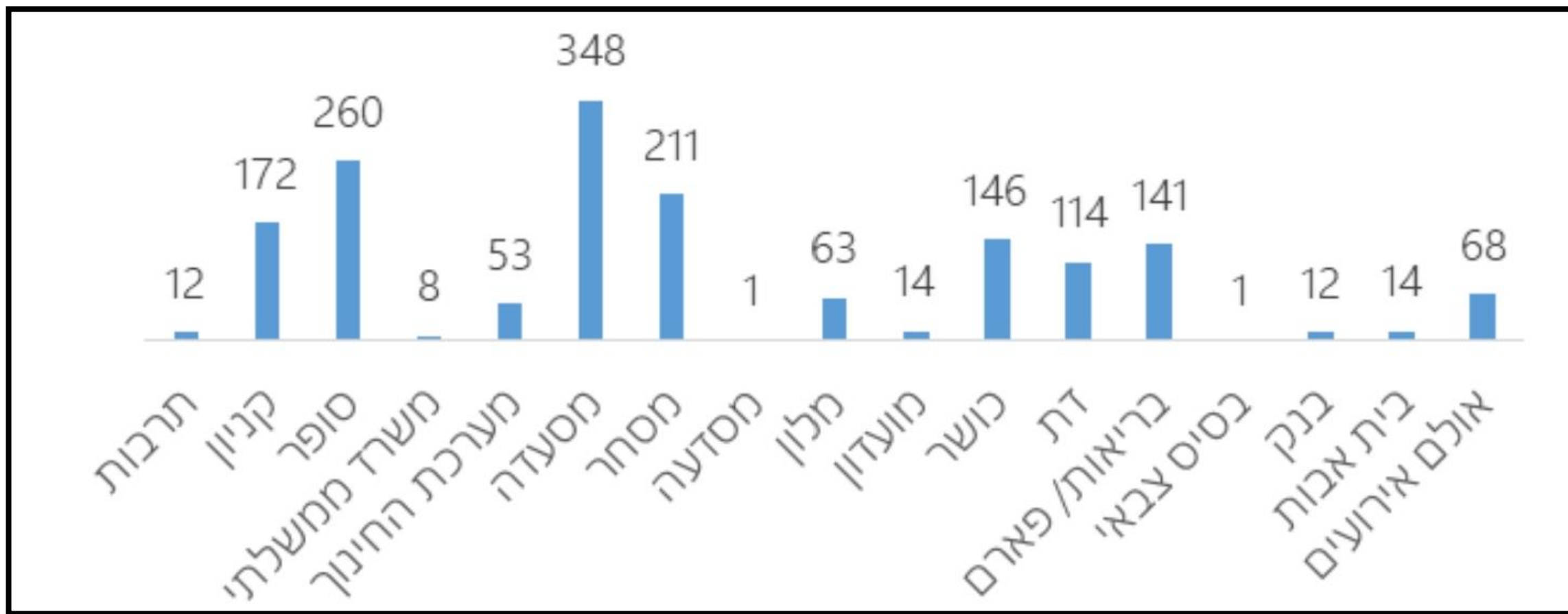
לנוחיותכם **יומן לרישום מפיצי על**

שם	טלפון	תדירות שיחה	קרבה	סימנים / סימפטומים
ישראל ישראלי	054-1212121	פעם ביום	אח	אין
אלונה אלוני	050-4587215	3 פעמים בשבוע	דודה	חום 37.9
עמית ציוני	052-7988180	פעמיים בשבוע	בן דוד	אין


 תאריך השבוע: _____ הערות: _____



מאפייני נקודות אפידמיולוגיות



שלב רביעי – מקומות ההשפעה להפצת מידע והסברה

נאמן קורונה בשירות הציבורי הוא שגריר של רצון טוב ודוגמא אישית לפעילות חיובית, להתנהגות מניעתית ולשמירה על כללי הריחוק החברתי. לכן, גדיעת שרשרת ההדבקה מתחילה קודם כל – בך.

חשוב למפות את המקומות המועדים עליהם יש לך השפעה. מכיר באופן אישי את מנהל מסעדה, את אחראי המדריכים בחדר הכושר או בעל אולם החתונות? אם כן, תוכלו להציע את עזרתכם במיפוי מילוי "התו הסגול" על פי התכנים שלמדתם בקורס.

אפשר גם לשכנע אותם לעבור את הקורס בעצמם, להעביר את ההדרכה בפני עובדים מטעמם ולהכניס אותם למעגל "נאמני הקורונה" במקום עבודתם. המשך בפעילות הסברתית זו גם בקרב המשפחה, מקומות העבודה והלימודים, במקומות ציבוריים ובמדיה החברתית.

ככל שהמקום מועד יותר מהפצה כך חשוב יותר לבקש ממנו להקפיד על מדידת חום בכניסה, על הצהרת בריאות ובמיוחד על רישום של הפוקדים את המקום. כך יוכלו לאתר במהירות את הנחשפים ולהודיע להם לגדוע את שרשרת ההדבקה



כנאמן קורונה בשירות הציבורי חשוב להכיר ולעקוב אחר המקומות המועדים להדבקה ואירועים חברתיים המוניים, ולעודד את מעגל ההשפעה שלך להתרחק ממקומות מסוכנים אלו.

מקומות מועדים להדבקה לפי רמת סיכון

פעילויות שונות לפי דרגות סיכון להדבקה

רמת סיכון גבוהה		רמת סיכון בינונית			רמת סיכון נמוכה יותר			
בילוי במועדון לילה	השתתפות בהצגה או קונצרט	השתתפות בחתונה	טיסה	ביקור בקולנוע או מופע	רחצה בבריכה ציבורית	אירוח בבית משפחה אחרת	משחק ילדים (גדולים) משותף	משלוחי אוכל
—	ביקור בבית כנסת, מסגד, כנסיה	חיבוק או לחיצת יד	אכילה במסעדה	ביקור בבית ספר או בקייטנה	בילוי בקניון	ביקור אצל הרופא	שימוש בשירותים בבית אחר	פעילות פיזית בחוץ
—	בילוי באצטדיון ספורט	חוסר הקפדה על עטית מסכה	נסיעה באוטובוס או ברכבת	בילוי בקזינו	שימוש בשירותים ציבוריים	אכילה מחוץ לבית	תדלוק בתחנת דלק	—
—	בילוי בפאב (ישיבה בפנים)	אכילה במזנון	התעמלות בחדר כושר	עבודה במשרד משותף	פיקניק או "על האש" מחוץ לבית	קניה בסופרמרקט / מכולת	קמפינג	—
—	בילוי במסיבה (בפנים)	מתקן שעשועים	באולינג	ביקור במספרה	שהייה בבית מלון	בילוי בחוף רחצה הליכה ברחוב סואן	ביקור במוזיאון	—
—	—	—	ביקור אדם זקן בביתו	משחק במגרש משחקים	—	—	—	—
—	—	—	משחק כדור סל	—	—	—	—	—

רמת הסיכון תלויה במידת ההקפדה על הכללים:
 1. מסכה
 2. ריחוק פיזי
 3. היגיינת ידיים

- בתקופה זו נודעת חשיבות יתירה להקפדה על ההנחיות בקרב אוכלוסיות בעלי סיכון גבוה, קרי אוכלוסייה מבוגרת ובהם גם חולים כרוניים
- בעלי הסיכון הגבוה נדרשים להתנהלות שונה מאשר שאר האוכלוסייה, שכן עבורם הנגיף עלול להיות קטלני הרבה יותר
- חשוב מאוד לערוך רשימה של בעלי סיכון גבוה מקרב השותפים למעגל ההשפעה וגם בקרב בני המשפחה והחברים ולפנות אליהם כדי להסביר את חשיבות השמירה על ההנחיות.

שיחה עם בעלי סיכון גבוה

- הסבר על הסיכון הגבוה שחל עליו
- הקפדה יתרה על הנחיות משרד הבריאות
- הימנעות מחשיפה לאנשים זרים
- דילול יציאה מהבית וחשיפה לאוכלוסיות
- להודיע מיד לרופא במידה והחלו תסמיני הנגיף

פעילות מניעה לפי רמת סיכון

סיכון רגיל

על הנמצאים בסיכון רגיל להקפיד על הנחיות שגרת הקורונה: שמירה על ריחוק חברתי של 2 מטרים, עטיית מסכה, היגיינת ידיים והישארות בבית עם תופעה של תסמינים כמו שיעול, חום וצינון. אם מישהו מבני משפחתכם שייך לקבוצת הסיכון נדרשת זהירות מונעת יתרה והימנעות מנטילת סיכונים ככל הניתן.

סיכון גבוה

כל מי שבסיכון גבוה צריך לעשות מאמץ שלא להיחשף ולא להידבק. על אנשים בקבוצת סיכון זו להפעיל שיקול דעת ולנהל נכון את הסיכונים. משמעות הדבר הינה להימנע מפעילות בסיכון גבוה - ביקור במקומות הומי אדם, יציאה לעבודה המחייבת חשיפה לקהל או חשיפה הדוקה בחלל סגור לאנשים מחוץ למשפחה הגרעינית.

סיכון מרבי

כל מי שבסיכון מרבי צריך, עד כמה שניתן, להישאר בבית. כל יציאה למרחב הציבורי הכרוכה במגע במרחק של פחות מ-2 מטרים עם זרים, וכל מפגש עם אדם שאיננו מהמשפחה הגרעינית, הוא סיכון מיותר שלא כדאי לקחת כעת.

שלב שישי – איתור בודדים מקרב מעגל ההשפעה

לרשותכם יומן למילוי שיחות הטלפון שתבצעו על מנת לבצע מעקב אחר השיחות

באמצעות שיחת טלפון פשוטה, **לפחות פעמיים בשבוע**, לבני משפחה, חברים או המכרים במעגלי ההשפעה שלך – תוכל להפיג את בדידותם על ידי הסברה, חיזוק והתעניינות.

אחד מכל חמישה בני 21 ומעלה דיווח כי מצבו הנפשי החמיר או החמיר מאוד, וכמעט אחד מכל שלושה בני 65 ומעלה הודה כי הוא חש לחץ וחרדה בעקבות משבר הקורונה.

שיחת טלפון עם בודדים מקרב מעגל ההשפעה

- הרגשה כללית

- הרגשה לעומת היום שלפני

- מה הפעולות אשר ביצע היום

- לשתף אחר כתבה או מקרה ששמעת

- הדגשת הנחיות משרד הבריאות בעת היציאה מהבית

- דיווח מיידי במידה והחלו הופעת התסמינים



שלב שביעי - פעילות עם מבודדים מקרב מעגל ההשפעה

- כנאמני קורונה בשירות הציבורי מטרתכם היא שהמבודדים מתוך מעגל ההשפעה שלכם יצליחו לשמור על הבידוד ויקפידו על כלליו. יש לזכור כי המבודד הוא גיבור. יתכן והוא נושא נגיף שבעצם בידודו מציל חייהם של קרוביו וחבריו, ומחויבותו לתהליך היא שמסייעת בגדיעת שרשרת ההדבקה!



חשוב ליזום קשר טלפוני או שיחה באמצעות המדיה החברתית לטובת הסברה וחיזוק. חשוב לשמור על קשר רציף לאורך כל תקופת הבידוד, מה שיאפשר לאותו המבודד להרגיש כי אינו "לבד במערכה".

חשוב להכיר בקושי המתגבר בקרב המבודדים לאורך תקופת הבידוד. חלק מהמבודדים יאלצו לעזוב את בתיהם ולעבור למקומות בידוד אחרים, וגם עבור אלה הנשארים בביתם – אין ספק שהחוויה כרוכה באי נוחות גדולה. לכן, עודד את משפחתם של המבודדים לשמור עמם על קשר בתקופה זו.

שלב שמיני - פעילות עם חולים מאומתים מקרב מעגל ההשפעה

- בהמשך ישיר מהפעילות עם מבודדים נעבור לתכנון הפעילות עם החולים המאומתים. הקף התחלואה משתנה כמובן בין החלקים השונים בארץ, בין קהילות שונות ובגילאים שונים. כנאמן קורונה בשירות הציבורי, יש להשתדל לסייע לחולים מאומתים מקרב מעגל ההשפעה מה שיעזור להם לצלוח את התקופה הקרובה עד להבראתם.

- חשוב לדעת מהר ככל הניתן על מבודד שהופיעו אצלו סימפטומים להידבקות בנגיף.

אם יש מידע על מבודד שפיתח תסמינים, גם אם עדיין לא נבדק או שטרם קיבל תוצאה מהמעבדה,

יש ליצור עמו קשר טלפוני ראשוני, להסביר לו על המשך התהליך הצפוי לו,

לוודא כי פנה לרופא ולעודד אותו לבצע רישום אפידמיולוגי ובו מידע על אלו אשר שהו בקרבתו.



גיוס נאמני קורונה נוספים מקרב מעגל ההשפעה

- בשלב זה הגענו למעגלים רבים וחיזקנו את המערכה לגדיעת שרשרת ההדבקה אך לא די בזה לאחר הדוגמא האישית שהצגתם עליכם להמשיך בפעילות ולגייס "נאמני קורונה" מתוך מעגל ההשפעה.



נאמני קורונה
בשירות הציבורי
גודעים את שרשרת
ההדבקה

הקפדה על מסיכות,
הגיינה וריחוק

מילוי יומן אישי
והפעלתו בעת
הצורך

הפצת מידע עדכני
ואמין

מיפוי מקומות
הפצה

מיפוי מפיצי על

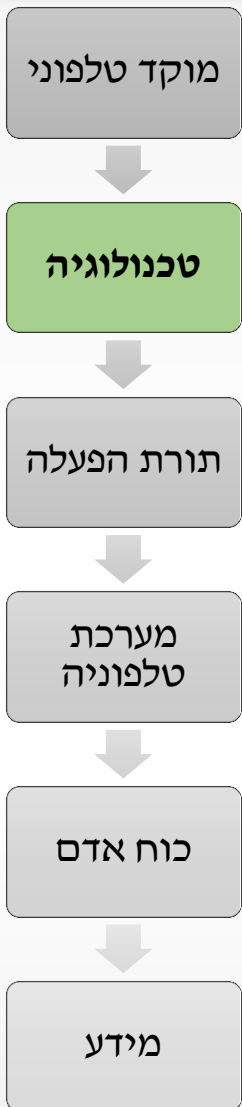
מיפוי נחשפים
בסיכון

המבודד כגיבור
לאומי

הוכיח תוכיח את
עמיתך



אפליקציית מד"א שלי



הוספת כפתורים מיוחדים



שאלה	תשובה
היכן ניתן להיבדק?	את בדיקות הקורונה ניתן לבצע דרך קופת החולים. אדם אשר לא חבר בקופת חולים יכול לפנות למשרד הבריאות
איך מקבלים הפנייה לבדיקות קורונה?	לפי ההנחיות החדשות של משרד הבריאות, ניתן להגיע למתחמי הבדיקה השונים ללא הפניית רופא מטפלד
היכן אני יכול לראות את התוצאה של הבדיקה?	את תוצאות הבדיקה ניתן לקבל בקופת החולים בטלפון/באתר/באפליקציה
קיבלתי תוצאה חיובית מה אני עושה?	צוות קופת החולים יצור עמך קשר ויעדכן אותך לגבי משך הטיפול והנחיות נוספות
קיבלתי תוצאה שלילית מה אני עושה?	יש להשלים את הבידוד לפי ההנחיות שקיבלת. במידה ובמהלך הבידוד מופיעים תסמיני המחלה (חום, קשיים נשימתיים, שינוי בחוש טעם או אובדן חוש הטעם והריח) יש ליצור קשר במידי עם קופת החולים
איך קובעים חולה מחלים?	חולה ללא תסמינים יוגדר כמחלים בחלוף 10 ימים ממועד ביצוע הבדיקה החיובית ועוד 3 ימים ללא תסמינים.
מי משתחרר מבידוד?	ניתן לצאת מהבידוד רק לאחר קבלת אישור בכתב על החלמה מרופא או אחות

**במקרה חירום
חייגו 101**

מאוחדת
*3833

לאומית
*507
שלוחה יעוץ רפואי

מכבי
*3555
שלוחה 4

כללית
*2700
מוקד אחיות