

משרד הבריאות  
שירותי בריאות הציבור



# תדריך למניעת התפשטות מחלות מדבקות

במעונות ובמוסדות  
לילדים בגיל הרך



## **תדריך למניעת התפשטות של מחלות מידבקות במעונות ובמוסדות לילדים בגיל הרך**

---

הוכן על ידי: משרד הבריאות, שרותי בריאות הציבור

הודפס במדפיס הממשלתי

ספטמבר 2011

# תוכן העניינים

4	מבוא
5	דרכי העברה של מחלות מידבקות שכיחות אצל ילדים
5	מחלות המועברות באמצעות דרכי הנשימה
5	מחלות המועברות במערכת העיכול
6	מחלות המועברות באמצעות מגע ישיר עם גורם הזיהום
6	מחלות המועברות באמצעות הדם
6	מתי צריך להרחיק ילד מהמעון או הגן
7	דרכים למניעת התפשטות של מחלות מידבקות במעונות ובמוסדות לילדים
7	רחיצת ידיים
8	החתלה
8	הטיפול בדם ובהפרשות הנגועות בדם
9	כללי התנהגות בריאותית אישית
9	שמירה על מצב תברואתי של המזון המוגש במעון/גן
10	שמירה על הניקיון וההיגיינה בגן
12	שמירה על מצב תברואתי נאות של הסביבה
	נספח 1 -
14	מחלות מידבקות שכיחות אצל ילדים ונהלים הנוגעים לחולים ולבאים עמם במגע
14	מחלות העוברות דרך מערכת הנשימה
19	מחלות העוברות דרך מערכת העיכול
21	מחלות העברות במגע ישיר
24	מחלות המועברות באמצעות דם
	נספח 2 -
26	שיטות לחיטוי וחומרים מומלצים
27	ספקי השירות המונע
28	רשימות

# א. מבוא

חוברת זו כוללת מידע על מחלות מידבקות הנפוצות בגיל הרך, על דרכי העברתן ועל ההידבקות בהן, וכן אמצעים שיש לנקוט כדי למנוע את התפשטותן. מחלות מידבקות מהוות גורם עיקרי לתחלואה בקרב ילדים בכלל ובגיל הרך בפרט. לתחלואה זו השפעה על בריאותם של הילדים ועל התפתחותם התקינה. כמו כן יש לה השלכות חברתיות וכלכליות.

התפשטות של מחלות מידבקות בקרב תינוקות ופעוטות הזקוקים לחיתולים גדולה יותר מאשר בקרב ילדים מבוגרים יותר. הסיבות לכך הן:

**מגע הדוק וממושך בין הילדים לבין עצמם;  
היעדר מודעות של ילדים קטנים לכללי היגיינה אישית;  
העברת מחלות בעת תקופת הדגירה ולפני הופעת סימני המחלה.**

**איך ניתן למנוע את התפשטותן של מחלות מידבקות בגנים ובמעונות ילדים?**

1. חיסון הילדים בכל חיסוני השגרה הניתנים בטיפת חלב והמלצה על חיסון נגד שפעת עונתית מדי שנה.
2. שמירה נכונה של צוות העובדים על כללי התנהגות בריאותית, אישית וסביבתית, ובעיקר הקפדה של המטפלים על רחיצת ידיים במים ובסבון לאחר שימוש בשירותים או לאחר החלפת חיתולים וכן לפני מגע עם מזון ואחריו.
3. השארת ילדים חולים בבית עד החלמתם.
4. הדרכת ההורים והילדים להתנהגות בריאותית נכונה כבר בגיל הרך.



# ב. דרכי העברה של מחלות מידבקות שכיחות אצל ילדים

הבנה של דרכי ההעברה עוזרת לנקוט פעולות יעילות למניעת העברת המחלות הללו.  
דרכי ההעברה העיקריות הן:

1. העברה באמצעות דרכי הנשימה והפרשות (נזלת, שיעול);
2. העברה באמצעות דרכי העיכול- העברת זיהום מהפרשות הרוק והצואה באמצעות הידיים;
3. העברה באמצעות מגע ישיר עם עצמים או עם משטחים הנגועים במחולל המחלה;
4. העברה באמצעות דם.

## 1. מחלות המועברות באמצעות דרכי הנשימה

העברת מחלות באמצעות דרכי הנשימה נעשית באמצעות שיעול, עיטוש או מגע עם הפרשות מהאף ועם ליחה. ככל שנמצאים רחוק יותר מאדם החולה במחלה העוברת בדרכי הנשימה, הסיכון להידבק קטן יותר. מרחק של יותר משני מטרים נחשב למרחק בטוח מפני הדבקה. כיסוי הפה והאף תוך כדי שיעול ועיטוש מרחיק את הפרשות מאנשים שסביבנו.

לשם צמצום אפשרות ההדבקה יש להתעטש ולהשתעל לתוך ממחטת נייר ולזרוק אותה מיד לפח. אם אין ממחטת נייר, יש לכסות את הפה והאף בעזרת השקע הפנימי של המרפק (ולא בכף היד). רחיצת ידיים במים ובסבון מונעת גם מגע עם הפרשות מדביקות. חשוב לרחוץ ידיים במים ובסבון לאחר מגע עם רוק ועם הפרשות אף, לאחר שיעול ועיטוש ולאחר מגע עם ממחטות נייר משומשות.

דוגמאות של מחלות המועברות בדרכי הנשימה: שפעת, חצבת, אדמת, חזרת, אבעבועות רוח ושעלת.



## 2. מחלות המועברות במערכת העיכול

דרך ההעברה העיקרית של מחלות העוברות במערכת העיכול היא באמצעות מגע של הפה עם יד המזוהמת בהפרשות מעיים (צואה), מזון מזוהם או חפצים מזוהמים. דוגמאות למחלות המועברות במערכת העיכול: שלשולים מנגיפים כגון נגיף רוטה, שיגלה, סלמונלה, דלקת כבד A ועוד.

מניעת ההדבקה נעשית על ידי שמירה על כללי ההיגיינה: רחיצת ידיים במים ובסבון וניגוב במגבת נקייה, עדיף חד-פעמית לפני האוכל, לפני הטיפול במזון, לאחר יציאה מהשירותים ולאחר החלפת חיתולים. הקפדה על כללי ההיגיינה להכנת אוכל חשובה ביותר, במיוחד רחיצת הידיים.

### 3. מחלות המועברות באמצעות מגע ישיר עם גורם הזיהום

חיידקים, נגיפים וטפילים יכולים להדביק במגע ישיר עם הפרשות המכילות אותם וכן במגע עם משטחים ועם עצמים נגועים. רחיצת ידיים במים ובסבון מונעת הדבקה, אם נגענו במחולל מחלה. כמו כן חשוב לשמור על הניקיון של משטחים וצעצועים.

### 4. מחלות המועברות באמצעות הדם

יש מחלות המועברות במגע עם דם נגוע. הדבקה באמצעות דם אינה שכיחה בגנים ובמעונות, אבל ניתן למנוע אותה על ידי הימנעות ממגע עם דם. יש לטפל בפצעים פתוחים תוך שימוש בכפפות חד פעמיות והקפדה על רחיצת ידיים במים ובסבון לאחר הטיפול. משטחים שהיו נגועים בדם, יש לנקות עם תמיסה מתאימה של כלור. (ראו נספח 2)

## ג. מתי צריך להרחיק ילד מהמעון או הגן?

ילד החולה במחלה מידבקת עלול להיות מקור להדבקה. צריך להוציא ילדים ממוסדות חינוך/ממעונות:

1. כאשר המחלה מונעת מהילד להשתתף בפעילויות המוסד החינוכי.
2. כאשר המחלה דורשת טיפול בילד במידה שתכגע ביכולת הצוות להמשיך לטפל בשאר הילדים.
3. כאשר מופיעים תסמינים ספציפיים:
  - א. חום גבוה מעל 38 מעלות.
  - ב. הקאות: יש להוציא ילד מהמסגרת החינוכית, אם הקיא פעמיים או יותר במשך 24 שעות, אלא אם הוחלט על ידי רופא שההקאות אינן תוצאה ממחלה מידבקת, והילד אינו בסכנת התייבשות.
  - ג. שלשולים (2 יציאות מימיות במשך 24 שעות):
    - יש להוציא ילד משלשל מהגן, במיוחד אם השלשול מכיל דם או ריר, אלא אם רופא החליט שהשלשול אינו תוצאה של מחלה מידבקת.

### כללים לטיפול בילד שחלה בגן:

1. ילד שחלה בזמן שהותו במעון/גן - יש להרחיק בהקדם מהילדים האחרים, לאתר את הוריו ולהחזירו לביתו.
2. את המקום שבו שהה הילד החולה - כלי אוכל, צעצועים, סיר ובגדים שבהם השתמש - יש לחטא לפי ההנחיות (ראו נספח 2).
3. כאשר ילד נעדר מהמעון/גן מסיבות בריאות עד חמישה ימים, יש לקבל מהוריו או מהאפוסטרופוס מידע על מצב בריאותו. אם נעדר יותר מחמישה ימים, על ההורים או האפוסטרופוס להמציא אישור רפואי המתיר לילד לחזור למעון/גן.
4. בשאלות המתעוררות בדבר הרחקת ילד מהמעון/גן, יש לפנות לרופא המטפל.

תקופת ההרחקה של הילד מהמוסד נקבעת לפי תקופת ההדבקה של המחלה, לפי קביעת הרופא ולפי הנסיבות הייחודיות. הסבר על פירוט המחלות, תקופת ההדבקה, תקופת ההרחקה מהמוסד ואמצעי מניעה של הבאים במגע עם החולה מובא בנספח 1.

חשוב להסביר להורים שמוטלת עליהם האחריות לא לשלוח ילד חולה למוסד חינוכי כדי למנוע הידבקות של שאר הילדים.

## עובד חולה במחלה מידבקת

אם חלה עובד המטפל בילדים, או עובד מזון, במחלה מידבקת, יש להרחיקו מהמוסד לפי הקריטריונים שפורטו לגבי הילדים.

## ריבוי מקרים של מחלה או התפרצות

בכל מקרה של הופעת שני מקרים או יותר של אותה מחלה תוך זמן קצר, יש להתקשר עם האחיות בטיפת חלב או עם לשכת הבריאות כדי לאתר במשותף את מקור המחלה ולנקוט אמצעים מתאימים למניעת התפשטותה.

על תקלות בתחום תברואת הסביבה יש לדווח מיד למחלקת התברואה של הרשות המקומית או ללשכת הבריאות כדי שהתקלה תתוקן בהקדם.

# ד. דרכים למניעת התפשטות של מחלות מידבקות במעונות ובמוסדות לילדים

## רחיצת ידיים

הקפדה על רחיצת ידיים היא האמצעי החשוב ביותר להקטנת הסיכון להדבקה, בעיקר לפני האוכל ואחרי השימוש בשירותים.

את הידיים יש לרחוץ במים ובסבון ולשטוף במים זורמים (עדיף מים חמים).  
את הציפורניים יש לגזוז ולהקפיד על ניקיון.  
לניגוב יש להשתמש במגבת לשימוש חד-פעמי.

**על כל עובד לרחוץ את ידיו:** בבואו למעון/גן, אחרי שימוש בשירותים, לפני טיפול במזון, ואחרי טיפול בגולמי לא מבושלים כגון: בשר, דגים, ירקות חיים, פירות וביצים, אחרי טיפול בכביסה מלוכלכת, אחרי טיפול בסירים של ילדים, אחרי החתלה, אחרי טיפול בהפרשות ילדים מהאף, מהפה ומפי הטבעת, ואחרי טיפול בפצע (של ילד או מבוגר) ואחרי מגע עם בעלי חיים. **יש לרחוץ ידיים במים זורמים גם כאשר אין לכלוך נראה לעין על הידיים.**

**לילדים** יש לרחוץ ידיים לפני כל ארוחה, אחרי משחקים בחצר, אחרי עבודה עם חומרים שונים או מגע עם בעלי חיים, אחרי שימוש בשירותים וכשחוזרים הביתה מהמוסד החינוכי.

## שימוש בתכשירים לחיטוי ידיים על בסיס אלכוהול

**א.** במצבים שפורטו לעיל יש להקפיד על רחיצת ידיים במים וסבון. עם זאת, השימוש בתכשירים לחיטוי ידיים על בסיס אלכוהול הוכח כתרם לשיפור היגיינת ידיים בהיותו נוח לשימוש, זמין, חוסך זמן וידידותי לעור הידיים. ניתן לצוות להשתמש בתכשירים אלה כאמצעי נוסף להגברת היגיינת ידיים במעונות יום, גנים ובתי ספר, גם במקום רחיצת ידיים אם אין לכלוך נראה לעין.



- ב.** השימוש בתכשירים לחיטוי ידיים מומלץ לצוות בלבד בשל היותם רעילים לשתייה. מסיבה זו, יש לאפשר את השימוש בהם באזורים שאינם נגישים לילדים ולאכסנם במקום בטוח, הרחק מהישג ידם של ילדים.
- ג.** אופן השימוש: שפשוף משטחי כפות הידיים הקדמיים והאחוריים, בין האצבעות וקצות אצבעות כ-3-5 סמ"ק של החומר במשך כ-20-30 שניות עד נידוף החומר באוויר.
- ד.** חיטוי ידיים בתכשיר אלכוהולי לאחר רחצת ידיים במים וסבון עלולה לגרום לגירוי ופגיעה מיותרת בעור הידיים.

### שימוש בכפפות:

- א.** כאשר משתמשים בכפפות יש להקפיד על שימוש בכפפות חד פעמיות בלבד.
- ב.** יש לרחוץ את הידיים לאחר הסרת הכפפות. שימוש בכפפות אינו תחליף לרחיצת ידיים.

### החתלה

- א.** על משטח ההחתלה חייב להיות מזרן מצופה חומר פלסטיק הניתן לרחצה.
- ב.** יש לשים שכבת נייר על מזרן ההחתלה ולהחליפו לאחר הטיפול בכל ילד, או לחילופין לחטא את המזרן בין כל טיפול.
- ג.** יש לרחוץ את הידיים במים וסבון לאחר ההחתלה, לשטפן במיים זורמים, ולייבשן במגבת חד פעמית.



### הטיפול בדם ובהפרשות הנגועות בדם

- א.** אין לגעת בדם של אדם בידיים חשופות. המטפל בדם או בהפרשות חייב להישמר ממגע ישיר עם הדם ועם יתר נוזלי הגוף על ידי שימוש בכפפות ורחיצת ידיים יסודית במים ובסבון לאחר הסרת הכפפות.
- ב.** רצוי להשתמש בכפפות לטקס שהן עבות יותר מכפפות חד-פעמיות רגילות. אם אין כפפות, יש להימנע ממגע ישיר עם הדם על ידי שימוש במפית, בגזה, במגבונים או בכל חומר ספיגה אחר.
- ג.** יש לנקות מייד כל שטח שהזדהם מדם ומהפרשות אדם (קיא, צואה, רוק ושתן) על ידי הסרת כל זיהום נראה לעיין.
- ד.** לאחר הסרת הזיהום הנראה לעיין, יש לחטא את המקום בתמיסת כלור מתאימה (ראה נספח 2). לאחר מכן יש לנקות את השטח ולחטא חיטוי נוסף.



- ה. את הפסולת הרכה כמו כפפות או חומרים אחרים ששימשו לספיגת הנוזלים, יש להכניסם לשתי שקיות ניילון עבות ולסגור היטב לפני שמשליכים לפח. לפני טיפול בדם או בהפרשות אחרות, יש לכסות פצעים או חתכים של המטפלים בחומר בלתי חדיר למים כמו אספלנית (פלסטר).
- ו. במקרה של התזת דם לתוך העיניים או הפה, יש לשטוף מיד בכמות גדולה של מים במשך 10 דקות ולהתייעץ עם הצוות הרפואי בלשכת הבריאות.
- ז. יש לרחוץ ידיים במים וסבון לאחר כל טיפול בדם ובהפרשות הנגועות בדם.

## 1. כללי התנהגות בריאותית אישית

### א. עובד

- לעובד במעון/גן או במוסד לילדים תפקיד חשוב במניעת התפשטותן של מחלות מידבקות, בעיקר על ידי שמירה על כללי התנהגות אישית והדרכת הילדים בנושא. להלן כללים אחדים להתנהגות נכונה:
1. על העובד להקפיד על רחיצת ידיים תכופה.
  2. עובד הסובל מפצעים בעור, מדלקת גרון, מחום ומשלשול, יתייעץ עם הרופא בעניין הצורך להיעדר מהעבודה עקב מחלה.
  3. עובדת בגיל הפרייון (15-45) צריכה להיות מחוסנת נגד אדמת.
  4. עובד שלקה בזיהום בעור ו/או עובד שמשלשל, לא יטפלו במזון.
  5. אין לענוד צמידים וטבעות פרט לטבעת שאינה בולטת מהאצבעות (כגון טבעת נישואין).

### ב. ילדים

1. לכל ילד יהיו מיטה, כלי מיטה, מזרן וכלי רחצה אישיים.
2. לכל ילד יהיה בקבוק שתייה או כוס משלו ששמו מסומן עליהם.
3. יש להקפיד על רחיצת הידיים של הילדים.

## 2. שמירה על מצב תברואתי של המזון המוגש במעון/גן

טיפול נכון במזון ושמירה על היגיינה תורמים למניעת העברתן של מחלות מידבקות באמצעות המזון.

### הפרדה בין מזון מבושל ומזון גולמי:

1. יש להקפיד על הפרדה בין המזון בלתי מבושל או בלתי מעובד (גולמי) לבין מזון מבושל או מוכן לאכילה, הן במקרה והן מחוצה לו.
2. יש להפריד בין לוח חיתוך המיועד לבשר או דגים לפני הבישול, לבין לוח חיתוך המיועד למזון לאחר בישולו או למזון מוכן לאכילה כמו ירקות לסלט.
3. מומלץ להשתמש בלוח חיתוך העשוי מחומר רחיק כמו פלסטיק, שאינו סופג לחות, ואינו מחורץ. אין להשתמש בלוח חיתוך מעץ. יש להקפיד על שטיפה קפדנית במים חמים ובסבון בין שימוש לשימוש.



### טיפול במזון הדורש קירור:

- יש לשמור במקרר כל מזון המתקלקל בקלות, כגון: בשר, דגים, ביצים, חלב ומוצריו, ארוחות מוכנות וסלטים. את המזון יש לשמור בקירור, בכלים סגורים.
- יש להקפיד במיוחד כאשר מדובר במזון המוכן לאכילה שאינו עובר בישול נוסף.
- אסור להפשיר מזון מחוץ למקרר.** יש להפשיר מזון בתוך המקרר.
- מזון מבושל אין להשאיר יותר משעתיים מחוץ למקרר לאחר בישולו.
- מזון שהוצא מקופסת שימורים או שאריות מזון, יש לשמור בקירור במיכל בגודל המתאים לכמות.

### שמירה על טמפרטורת המזון

- כדי למנוע קילקול המזון יש לשמור מזון מבושל בחום מתאים, ומזון הדורש קירור יש לשמור במקרר.
- מזון המוכן לאכילה יש להוציא רק עם תחילת הארוחה ולא לפני כן.
- יש להקפיד להעביר ארוחות שהוכנו במטבח מרכזי או במוסד אחר, במכלים או בכלים סגורים בתנאי קירור או חימום מתאימים וברכב שאושר לתכלית זו.

### טיפול במזון שאינו דורש קירור

- מזון מוכן שאינו דורש קירור, יכוסה בכיסוי נקי, מניילון, או פלסטיק, מרגע חלוקתו למנות ועד אכילתו.
- קמח, אורז, סוכר וקטניות, וכדומה, יאוחסנו על משטחים בגובה שלושים סנטימטר מהרצפה לפחות, כדי למנוע גישה של מכרסמים ומזיקים אחרים.

## 3. שמירה על הניקיון וההיגיינה בגן:

להלן מושגים שיעשה בהם שימוש:

- ניקוי** - פעולה של רחיצה ושפשוף במים ובסבון או בדטרגנט במטרה להרחיק לכלוך, חיידקים או חומר אורגני שבו עלולים חיידקים להתפתח או להתרבות. הניקוי תמיד קודם לחיטוי.
- חומרי ניקוי** - החומרים המומלצים לשימוש הם סבון או דטרגנט נוזלי, אבקה או משחה, המאושרים על ידי מכון התקנים לתכלית זו. הסבון או הדטרגנט עוזרים להסיר את החומרים המוצקים וחומרים אורגניים אחרים מהידיים, מהכלים ומהאביזרים שרוחצים.
- יש לשמור על ניקיון המתקן לסבון ולהקפיד על ניקוי לפחות פעם אחת בשבוע.
- חיטוי** - השמדת גורמי מחלות מידבקות בתהליכים כימיים ופיזיקליים. ניקוי וחיטוי נכון של ציוד, צעצועים ואביזרים הנמצאים בשימוש הילדים והמטפלות עשויים לתרום לצמצום אפשרויות ההדבקה במחלות והתפשטותן. ברוב המקרים משתמשים בתמיסת כלור דלילה כמתואר בנספח 2.

### שמירה על נקיון כלי אוכל

- יש להקפיד שהכלים (צלחות, כוסות, סירים, בקבוקים ועוד) יהיו ללא חריצים, כי עלול להצטבר בהם לכלוך.
- לאחר כל ארוחה יש להסיר את שאריות המזון מהכלי.



3. יש לרחוץ את הכלים במים ובסבון או בדטרגנט בעזרת מברשת או ספוגית ולשטפם במים זורמים לאחר מכן.
4. יש להניח את הכלים במתקן לייבוש. אין לנגבם במגבת.
- במקרים מיוחדים, כגון אירוע של שלשולים, יש לחטא את הכלים לאחר פעולת הניקוי. החיטוי ייעשה על ידי הכנסת הכלים למים רותחים למשך 15 דקות או טבילה בתמיסת כלור דלילה למשך 10 דקות.
5. יש לשטוף היטב את הכלים לאחר הטבילה בתמיסת החיטוי.

### טיפול בכוסות השתייה של הילדים:

1. יש למנוע מהילדים לשתות מכוסות שלא נרחצו.
2. יש למנוע שימוש של כמה ילדים מכוס אחת. עדיף להשתמש בכוסות חד-פעמיות.
3. אין להחזיק כוסות שתייה בכיורים של השירותים. יש לאחסנם על מגש בכיתות או במטבח.

### ניקוי וחיטוי בקבוקי מזון לתינוקות ומוצצים

כל הבקבוקים והמוצצים חייבים להיות מסומנים בשם הילד. לכל בקבוק חייב להיות מכסה הנועד לשימוש בעת איחסון במקרר.

#### א. ניקוי

1. יש להסיר את שאריות המזון.
2. יש לנקות בסבון כלים (דטרגנט) ולשטוף במים זורמים.
3. יש לשמור את הבקבוקים יבשים, עם הפייה כלפי מטה עד לשימוש הבא. את הפטמות יש לשמור יבשות בכלי מכוסה עד השימוש הבא.
4. במקרים מיוחדים, במיוחד כשיש בסביבת התינוק מחלות מעיים, יש לחטא את הבקבוקים והפטמות לאחר הניקוי.

#### ב. חיטוי

1. מומלץ להרתיח את הבקבוק ואת הפטמה במים למשך 20 דקות עם כפית של סודה לשתייה (ביקרבונט) לליטר מים.
2. לחילופין ניתן לטבול את הבקבוקים ואת הפטמות בתמיסת כלור למשך 30 דקות. תמיסת כלור מכינים על ידי מהילת 15 מיליליטר של אקונומיקה 3.5% (כף) לליטר מי ברז (4 כוסות).
3. יש לטבול את הבקבוק בתוך התמיסה ללא בועות אוויר ולשטוף היטב לאחר החיטוי.
4. עם סיום החיטוי יש לשפוך את המים ולהניח את הבקבוקים, עם הפייה כלפי מטה, על מעמד מיוחד המאפשר ניקוז המים.
5. את הפטמות יש לרוקן ממים, לשטוף היטב ולשמור בכלי מכוסה במצב יבש.

### טיפול באשפה

יש לדאוג לתקינותם של כלי האשפה ולוודא שהמכסים ניתנים להידוק, כדי למנוע חדירת מזיקים לתוכם.

### חשוב להקפיד:

לרכוש מזון ממקורות מורשים.  
לרכוש מוצר לפני התאריך האחרון לשיווקו.

הנחיות נוספות נמצאות בעלוני משרד הבריאות: "מניעת הרעלות מזון" ו"מחלות המועברות על ידי מזון", שניתן לקבל בלשכת הבריאות הקרובה.



## 4. שמירה על מצב תברואתי נאות של הסביבה

### טיפול בכביסה ובחיתולים

1. יש להקפיד על הפרדה בין כביסה נקייה לכביסה משומשת.
  2. כביסה משומשת יש לאחסן במכלים סגורים במקום מרוחק מהמחסן למצרכי מזון או מהמקום שבו מכינים אוכל.
  3. כביסה אישית שלאחר שימוש: יש לשטוף לכלוך נראה לעיין ולשמור בשקית ניילון נפרדת ומסומנת לכל ילד.
  4. כביסה משומשת יש לכבס במים חמים (לפחות 60 מעלות צלזיוס). כאשר מוסיפים חומר להלבנה, ניתן להסתפק בחום של 40 מעלות צלזיוס. השימוש במרכז כביסה אף הוא תורם להרס החיידקים.
- יש לרחוץ את הידיים לאחר כל טיפול בכביסה משומשת.**

### צעצועים

1. חשוב שהצעצועים במעון/גן יהיו עשויים מחומרים הניתנים לרחיצה ולחיטוי. צעצועים שאינם ניתנים לרחיצה ולחיטוי אינם מומלצים.
2. מומלץ לא להכניס לגן צעצועים או בובות עם שיער, פרווה או צמר, מאחר שהם עלולים להיות מצע להעברת חיידקים ונגיפים.
3. יש להקפיד על רחיצת הצעצועים פעם בשבועיים. שיטת הרחיצה והחיטוי תותאם לחומר שממנו עשויים הצעצועים.
4. בזמן התפרצות של מחלה מידבקת במעון/גן יש לחטא את הצעצועים בסוף כל יום לימודים. ראו נספח ניקוי וחיטוי.



### כיורים, אמבטיות, אסלות וסירי לילה

1. לכל ילד יהיה סיר אישי עם סימון שמו.
2. ניקוי הסיר לאחר הרחקת ההפרשות ייעשה בתמיסת דטרגנט בעזרת מברשת. אחר כך יש לשטוף את הסיר היטב במים זורמים ולחטאו בתמיסת כלור.
3. יש להניח את הסירים לייבוש במדף המתאים.
4. הניקוי והחיטוי של כיורים, אמבטיות ואסלות ייעשה בתכשירים מיוחדים המיועדים לכך, בעזרת מברשת מתאימה ושטיפה במים זורמים. פעולה זו תיעשה במשך היום לפי הצורך ובסוף כל יום עבודה.

### רצפה

1. הרצפה חייבת להיות חלקה ועשויה מחומר שאינו סופג מים וניתן לרחיצה (אפשר להשתמש ב-PVC).
2. אין להשתמש בשטיחים ובמחצלות בד או קש שאינם ניתנים לרחיצה בחומר דטרגנטי, משום שהם עלולים להיות מצע נוח להעברת חיידקים ונגיפים.
3. אין לטאטא את הרצפה אלא לשטוף במים כדי למנוע פיזור האבק בחדר.
4. כאשר הרצפה מזוהמת בהפרשות של ילדים (צואה או קיא), יש להרחיק את ההפרשות, לחטא בתמיסת כלור דלילה, לרחוץ את המקום המזוהם ולחטא שוב בתמיסת כלור דלילה בהתאם להוראות החיטוי.



## ארגז חול

1. החול בארגז צריך להיות נקי. יש להחליף את החול בארגז לפחות פעמיים בשנה.
2. בתחילת כל יום עבודה יש לגרף את החול, כיוון שחול מזוהם עלול לסייע בהעברת מחלות.
3. יש לכסות את ארגז החול בכרזנט או בניילון בתום יום העבודה כדי למנוע זיהומו בהפרשות של בעלי חיים.
4. יש לדאוג לכך שארגז החול יהיה במקום מוצל.

## גיגיות ובריכות שחייה

משרד הבריאות אינו מאשר שימוש בבריכות רחצה משותפות בגני ילדים. הן מסכנות את בריאות הילדים, מאחר שלא ניתן לבצע חיטוי מתאים של המים בבריכה.

## פינות חי

1. קיום פינת חי מחייב אישור של הרשות המקומית וכן הבטחת תנאים מתאימים, כגון גידור הפינה והצבת שער, כדי למנוע בריחת חיות וחדירה של בעלי חיים מבחוץ.
2. רכישה של בעלי חיים תיעשה רק ממקומות שנמצאים בפיקוח וטרינרי.
3. יש להיות בקשר עם רופא וטרינר של הרשות המקומית על מנת לשמור על בריאותם של בעלי החיים, ולחסנם כנדרש.
4. חשוב לזכור לרחוץ ידיים במים ובסבון לאחר כל מגע עם בעלי חיים.

## טיפול במבנה ובחצר

מחלות מידבקות מועברות גם באמצעות בעלי חיים, כגון: כלבים, חתולים, זבובים, חרקים ועוד. לפיכך יש להקפיד על הכללים האלה:

1. **פחי אשפה:** יש לוודא שכל הפחים סגורים.
2. **רשתות לחלונות:** חשוב שתהיינה רשתות לחלונות במטבח ובחדרים להגנה מפני זבובים וחרקים.
3. **אזורי:** חשוב לאזור בקביעות את חדרי הגן גם בימי החורף באמצעות חלון פתוח.

**יעוץ והדרכה נוספים ניתן לקבל בטיפת חלב ובלשכות הבריאות.**

# נספח 1:

## מחלות מידבקות שכיחות אצל ילדים ונהלים הנוגעים לחולים ולבאים עמם במגע

בנספח זה נשתמש במושגים הבאים:

**תקופת הדגירה:** פרק הזמן בין מועד בו נחשף הילד ועד להופעת סימני המחלה.

**תקופת ההדבקה:** פרק הזמן שהילד מסוגל להדביק אחרים במחלה. לפעמים, הילד מידבק לפני הופעת סימני המחלה.

**תקופת ההרחקה:** פרק הזמן שיש להרחיק את הילד ממגע עם ילדים אחרים עקב היותו מדבק. בכל מקרה אם הילד חש ברע יש להשאירו בביתו.



14

### א. מחלות העוברות דרך מערכת הנשימה

מחלות בדרכי הנשימה עלולות להתבטא: בנזלת, שיעול, הפרעות בנשימה, נשימה מחרחרת, חום, כאבי ראש, חולשה, חוסר תאבון ואי-שקט. במחלות ילדים מסוימות מופיעה גם תפוחת על העור. יש לזכור שבדרך כלל מופיעים רק אחדים מן הסימנים שצוינו. דרכי ההדבקה הן על ידי פיזור גורם המחלה (חיידקים או נגיפים) לסביבה בעת שיעול, עיטוש או מגע עם הפרשות מהאף וליחה. לחלק מהמחלות הללו קיים חיסון. מאחר שמחלות הילדים מתפשטות במהירות במעונות ובגנים, חשוב ביותר להקפיד על חיסון תינוקות וילדים במועד.

#### 1. חצבת

**סימני המחלה:** חום גבוה, נזלת, שיעול, עיניים אדומות ורתיעה מאור. ביום הרביעי או החמישי מופיעה תפוחת בצבע אדום כהה. התפוחת מתחילה בצוואר ומתפשטת בהדרגה לעבר הפנים, הגוף והגפיים ונמשכת ימים אחדים. המחלה עלולה לגרום לסיבוכים קשים בדרכי הנשימה ובמערכת העצבים.

**חיסון נגד חצבת:** מנה ראשונה ניתנת בגיל שנה יחד עם חיסון נגד אדמת, חזרת ואבעבועות רוח. מנה שנייה ניתנת בכיתה א'.

**תקופת ההדבקה:** זמן קצר לפני הופעת הסימנים הראשונים של המחלה ועד 4 ימים אחרי הופעת התפרחת.

**תקופת ההרחקה של הילד החולה מהמעון/גן:** לא פחות מ-4 ימים לאחר הופעת הפריחה.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** ניתן לתת טיפול מונע עד 5 ימים אחרי החשיפה על מנת למנוע התפתחות המחלה. לכן, מייד עם גילוי מקרה חצבת יש לפנות למחלקה לאפידמיולוגיה בלשכת הבריאות, או לאחות בתחנת טיפת חלב.

## 2. חזרת

**סימני המחלה:** הגדלה של בלוטות הרוק שמתחת לתנוך האוזן המתבטאת בנפיחות בצוואר. הנפיחות יכולה להופיע בצד אחד בלבד או לעבור כעבור כמה ימים גם לצד השני. החום יכול לעלות רק ביום השני או השלישי. בחלק מהחולים עלולה להתפתח דלקת קרום המוח המתבטאת בהקאות ובכאבי ראש.

**חיסון נגד חזרת:** מנה ראשונה של החיסון ניתנת בגיל שנה יחד עם חיסון נגד אדמת, חצבת ואבעבועות רוח. מנה שנייה ניתנת בכיתה א'.

**תקופת ההדבקה:** שבעה ימים לפני הופעת המחלה ועד 9 ימים אחרי הופעת סימני המחלה.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** לא פחות מ-5 ימים לאחר הופעת הנפיחות בבלוטות הרוק.

## 3. אדמת

**סימני המחלה:** חום נמוך, נפיחות ורגישות של בלוטות הלימפה, בעיקר בחלק העליון של הצוואר בכיוון העורף מאחורי האוזניים. לאחר יום-יומיים מופיעה תפרחת בצורת כתמים ורודים בגדלים שונים אשר יכולים להתמזג כך שהעור כולו ייראה סמוק. התפרחת מתחילה מהראש ומתפשטת בכיוון הגוף. כאשר נשים בחודשים הראשונים להיריון חולות באדמת, עלול העובר להיפגע וללקות במומים: עיוורון, חירשות, מומי לב ועוד.

**חיסון נגד אדמת:** מנה ראשונה של החיסון ניתנת בגיל שנה יחד עם חיסון נגד חצבת, חזרת ואבעבועות רוח. מנה שנייה ניתנת בכיתה א'. אישה בגיל הפוריות (15-45) נחשבת מחוסנת אם קיבלה שתי מנות חיסון.

**תקופת ההדבקה:** כשבוע לפני הופעת הפריחה ועד כ-5 ימים אחריה.

**תקופת ההרחקה של הילד החולה מהמעון/גן:** לא פחות מ-5 ימים מיום הופעת הפריחה.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** נשים בחודשים הראשונים להיריון צריכות לפנות בהקדם לייעוץ רפואי.

רצוי שכל מטפלת בגיל הפריון תבדוק אם חוסנה בשתי מנות. את החיסון ניתן לקבל ללא תשלום בתחנות טיפות חלב.



#### 4. שעלת

**סימני המחלה:** התקפים חוזרים של שיעול עוויתי המסתיימים בשאיפת אוויר אופיינית מלווה בחריקה. המחלה קשה ומסוכנת לתינוקות העלולים להיחנק תוך כדי התקף שיעול.

**חיסון נגד שעלת:** ארבע מנות החיסון ניתנות בגיל חודשיים, 4 חודשים, 6 חודשים ושנה. מנות נוספות לחיזוק החסינות ניתנות בכיתה ב' ובכיתה ח'. החיסון נגד שעלת ניתן יחד עם חיסון נגד אסכרה (דיפתריה) צפדת (טטנוס).

**תקופת ההדבקה:** שלושה שבועות ממועד ההופעה של הסימנים הקליניים הראשונים אם לא ניתן טיפול אנטיביוטי. אם ניתן טיפול אנטיביוטי, עד 5 ימים לאחר התחלת הטיפול.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** שלושה שבועות מתחילת התקפי השיעול האופייני או לפחות עד השלמת 5 ימים של טיפול אנטיביוטי.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** כאשר מתגלה שעלת יש לפנות בהקדם למחלקה לאפידמיולוגיה בלשכת הבריאות או לאחות תחנת טיפת חלב למתן טיפול לפי הצורך.

#### 5. שפעת

**סימני המחלה:** חום, כאבי ראש, כאבי שרירים, שיעול ונזלת.

**חיסון נגד שפעת:** מומלץ לחסן את כל הילדים הבריאים מגיל חצי שנה עד גיל חמש, מדי שנה לקראת החורף. ילדים שגילם מעל חצי שנה, הסובלים ממחלות ממושכות כגון: מחלות לב, ריאות (למשל, אסטמה), כליות, מחלות בדרכי השתן ומחלות ממאירות בסיכון מוגבר לפתח סיבוכים לשפעת וחשוב במיוחד כי יחוסנו מדי שנה. מומלץ לצוות המעון/גן להתחסן כדי להגן על עצמן ועל בני משפחתן, וגם בכדי למנוע הדבקה בקרב הילדים.

**תקופת ההדבקה:** יום לפני הופעת הסימנים עד שבוע לאחר הופעתם.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** לא פחות מ-5 ימים מיום הופעת הסימנים.

#### 6. שחפת ריאות

**סימני המחלה:** שיעול כרוני, כיח מהול בדם, עייפות מתמדת, הזעת לילה, חולשה, אובדן משקל וחוסר תיאבון.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** על הגנת ליצור קשר עם לשכת הבריאות לקבלת הנחיות.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** תקבע על ידי המרפאה למניעת שחפת המטפלת בילד. החולה בדרך כלל אינו מדביק כשבועיים לאחר תחילת הטיפול.





## 7. דלקת קרום המוח (דלקת עוצבה חדה)

**סימני המחלה:** המחלה עלולה להתבטא בכאבי ראש, הקאות, אי-שקט, ישנוניות, קשיון עורף (ניסיון לכופף את הצוואר גורם לכאב ומכריח את הילד החולה לכופף את ברכיו וידיו), פרכוסים, לעתים בטשטוש ההכרה, לעתים בהופעת כתמים נקודתיים מתחת לעור. במקרה זה מדובר במחלה קשה במיוחד המהווה מצב חירום ומחייבת להביא את הילד לבית החולים.

המחלה נגרמת ידי נגיפים או חיידקים. מחלה נגיפית היא לרוב קלה יותר. לעומת זאת, כאשר המחלה נגרמת על ידי חיידקים, מהלכה עלול להיות סוער ומהיר. חשוב מאוד להביא את הילד החולה באופן מיידי לאבחון ולטיפול רפואי.

**חיסון:** חיסון נגד החיידק המופילוס אינפלואנזה מסוג b ניתן בגיל חודשיים, 4 חודשים, חצי שנה ושנה, חיסון נגד חלק מהזנים של החיידק פנוימוקוק ניתנים בגיל חודשיים, 4 חודשים ושנה. חיסונים אלו מגינים מפני דלקת קרום המוח הקשה הנגרמת על ידי חיידקים אלו.

**תקופת ההדבקה:** תלויה במחולל.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** לעיתים, אפשר לתת טיפול סמוך למועד החשיפה, שימנע את התפתחות המחלה. אי-לכך עם גילוי המקרה חשוב לפנות בהקדם למחלקה לאפידמיולוגיה בלשכת הבריאות או לאחות בתחנת טיפת חלב לביצוע פעולות מניעה בהתאם לנהלים.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** תלויה במחולל. יש להוועץ ברופא המטפל.

## 8. אבעבועות רוח

**סימני המחלה:** תפרחת המתחילה בצורת נקודות ורודות שטוחות ההופכות תוך שעות לבועיות מלאות נוזל. הבועיות מתפקעות תוך כמה שעות ומתייבשות לגלדים. בועות נוספות ממשיכות להופיע במשך 3-4 ימים נוספים על פני העור והקרקפת. התפרחת מלווה בהרגשת גרד. גירוד עלול לגרום לזיהום ולהיווצרות צלקות. כאשר נשים בחודשים הראשונים להריון חולות באבעבועות רוח עלול העובר להפגע וללקות במומים.

**חיסון נגד אבעבועות רוח:** מנה ראשונה של החיסון ניתנת בגיל שנה יחד עם חיסון נגד חצבת, חזרת ואדמת. מנה שנייה ניתנת בכיתה א'. מומלץ לנשים בגיל הפוריות שאינן בהריון שלא חלו או לא חוסנו, להתחסן.

**תקופת ההדבקה:** כחמישה ימים לפני הופעת הפריחה ועד 6-7 ימים אחרי הופעתה.

**תקופת ההרחקה של המעון/גן:** כאשר כל האבעבועות עם גלד יבש.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** ניתן לתת טיפול מונע עד 5 ימים אחרי החשיפה על מנת למנוע התפתחות המחלה. לכן, מייד עם גילוי אבעבועות רוח במעון/גן יש לפנות למחלקה לאפידמיולוגיה בלשכת הבריאות, או לאחות בתחנה טיפת חלב. עובדות ונשים אחרות בחודשים הראשונים להריון, שלא חוסנו ולא חלו בעבר צריכות לפנות בהקדם לייעוץ רפואי.

## 9. דלקת גרון הנגרמת על ידי סטרפטוקוקים

**סימני המחלה:** המחלה מאופיינת בחום ובכאבי גרון. אצל ילדים מתחת לגיל 3 המחלה מאופיינת בחום, בנזלת, בחוסר שקט ובחוסר תיאבון. קיימים סיבוכים של דלקת אוזניים או מערות האף, מורסות סביב השקדים ובלוע. מתן טיפול אנטיביוטי לתקופה המומלצת מונע לרוב את הסיבוך הרציני של קדחת השיגרון. לרוב דלקת גרון הנגרמת על ידי סטרפטוקוקים מועברת במגע עם הפרשות של חולה אחר. לעתים מועברת המחלה באמצעות מזון נגוע שמקורו בהכנה לא נאותה או בתנאי קירור לא מספיקים.

**תקופת ההדבקה:** יומיים עד חמישה ימים.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** הילד יכול לחזור למעון/גן, לאחר שקיבל טיפול אנטיביוטי במשך 24 שעות לפחות.



## ב. מחלות העוברות דרך מערכת העיכול

מחלות זיהומיות בדרכי העיכול עלולות להתבטא בשלשולים, בבחילות, בהקאות, בכאבי בטן, בחוסר תיאבון, בהרגשת חולשה כללית ולעתים בחום. יש לזכור שבדרך כלל מופיעים רק אחדים מהסימנים שצוינו. כאשר הילד משלשל, הצואה דייסתית או מימית ועלולה להכיל ריר, מוגלה או דם. דרך ההעברה העיקרית של מחלות אלו היא מגע של הפה עם יד המזוהמת בהפרשות מעיים (צואה), מזון מזוהם או חפצים מזוהמים. אדם שהחלים מהמחלה עלול עדיין לשאת את המחולל במשך תקופה ממושכת ולהוות מקור להידבקות אנשים נוספים. גם אנשים ללא סימני מחלה כלל, עלולים להעביר את המחלה. לכן חשוב תמיד לרחוץ ידיים אחרי שימוש בשירותים, לפני טיפול במזון, אחרי טיפול במבושל, אחרי טיפול בכביסה מלוכלכת, בסירים של ילדים, החתלה, לאחר טיפול בהפרשות ובפצעים ואחרי מגע עם בעלי חיים.

במקרה של התפרצות המחלה (שני חולים או יותר במשך שבוע) יש לפנות לאחות תחנת טיפת חלב או ללשכת הבריאות לביצוע פעולות מניעה.

### 1. דלקות מעיים הנגרמות על ידי חיידקים ונגיפים

**סימני המחלה:** שלשולים המלווים בחום, בכאבי בטן, בבחילה ולעתים בהקאות. אצל פעוטות עלולים להופיע פרכוסים. הצואה מכילה לעתים ריר, מוגלה או דם.

**תקופת ההדבקה:** בעיקר בזמן השלשולים, אם כי גורם המחלה יכול להימצא בצואה במשך תקופה ארוכה לפני הופעת השלשולים או לאחר היעלמם.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** מהתחלת המחלה עד לא פחות מ-24 שעות לאחר הפסקת השלשול. במקרים מסוימים של מחלת שלשולים, תידרש הרחקת הילד או העובד לזמן רב יותר, על-פי קביעת רופא המטפל ובהתייעצות עם המחלקה לאפידימילוגיה של לשכת הבריאות. במקרים של התפשטות נרחבת של המחלה בקרב ילדי המעון/גן, רופא לשכת הבריאות יורה על התנאים הדרושים להחזרת הילדים למעון/גן.

**חיסון נגד נגיף רוטה (הגורם לשלשול קשה):** קיים חיסון נגד השלשול הנגיפי הקשה ביותר (מנגיף רוטה). את החיסון אפשר לתת רק מגיל 6 שבועות ועד גיל 32 שבועות. החיסון ניתן ב-3 מנות בגילאי חודשיים, 4 חודשים ו-6 חודשים בתחנות טיפות החלב.

### 2. מחלות הנגרמות על ידי תולעים וטפילים, כגון: ג'ארדיה, אוקסיאוריס וטינאה

**סימני המחלה:** כאבי בטן, שלשולים, חוסר תיאבון, ירידה במשקל ועייפות.

**תקופת ההדבקה:** עד להשמדת התולעים וביציהן.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** אין צורך להרחיק את הילד. יש לדאוג שיקבל טיפול מתאים. עם גילוי התולעים יש להודיע להורים ולערוך בדיקות לילד ולכל בני המשפחה ולטפל לפי הנחיות הרופא. יעילות טיפול מירבית מושגת כאשר הוא ניתן לכל החולים ובני משפחותיהם בעת ובעונה אחת.



### 3. דלקת כבד נגיפית A (צהבת זיהומית או צהבת A)

**סימני המחלה:** חום, כאבי ראש, בחילות, הקאות וכאבי בטן. בחלק מהמקרים מופיעים כעבור ימים אחדים גוון צהוב בעור ובלחמיות העיניים, שתן כהה (כמו תה) וצואה בהירה.

**חיסון נגד דלקת כבד נגיפית A:** החיסון ניתן בטיפת חלב בגיל שנה וחצי ובגיל שנתיים.

**תקופת הדבקה:** משבועיים לפני הופעת הסימנים עד כשבוע לאחר הופעת הצהבת.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** עד ההחלמה הקלינית אבל לא פחות משבוע מיום הופעת הצהבת.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** מתן חיסון סמוך לחשיפה מונע התפתחות המחלה, לכן, עם גילוי מקרה של צהבת אצל פעוט או אצל בן משפחה (בשל הדבקה סמויה דרך הגן) חשוב לדווח לאחות בתחנת טיפת חלב או ללשכת הבריאות. רופא לשכת הבריאות ישקול מתן חיסון לאנשים שהיו במגע עם החולה.



## ג. מחלות העוברות במגע ישיר

**דרכי ההדבקה:** מגע ישיר עם זיהום בעור, שימוש בבגדים, במצעים, במגבות או בחומרי חבישה מזהמים. למעשה כל פגיעה בשלמות העור על ידי חתך, דקירה, שריטה, שפשוף, נשיכה או עקיצת יתושים, פרעושים וקרציות עלולה להזדהם ולהפוך לפצע מוגלתי. לכן חשוב ביותר הניקוי המיידי של המקום. פצע שהזדהם, יש לחבוש כדי שהפרשותיו לא יהוו מקור לזיהום. יש להרחיק מהעבודה עובד המטפל בילדים או במזון, הסובל מפצעים מזהמים בידיים.

### 1. אימפטיגו

**סימני המחלה:** שלפוחיות מלאות נוזל צהבהב או עכור המופיעות על פני העור הגלויים. השלפוחיות מתבקעות ומגלידות בגלדים צהבהבים. העור סביב השלפוחיות אדום. אחד מסוגי החיידקים הגורמים לאימפטיגו עלול לגרום לדלקת בכליות.

**תקופת ההדבקה:** כל עוד קיימים פצעים מפרישים בעור.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** עד לאחר 24 שעות של טיפול אנטיביוטי מתאים.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** יש להקפיד על רחיצת הידיים בסבון ועל שטיפתן במים זורמים לאחר טיפול בפצעים.

יש להרחיק ממקום עבודתו עובד המטפל בילדים ובמזון, הסובל מזיהום זה, עד קבלת טיפול מתאים.

### 2. גרדת (סקביאס)

**סימני המחלה:** הגרדת נגרמת על ידי קרציון המטיל את ביציו לתוך העור. הטפילים הבוקעים מהביצים חופרים מחילות זעירות בתוך העור, ופעולה זו גורמת לגירוד עז בעיקר בלילה. בדרך כלל מבחינים בגרדת על ידי סימני השריטות בעור כתוצאה מהגירוד. לעתים ניתן להבחין בשלפוחיות או בקווים קטנטנים עם נקודה בתוכם. סימני הגרדת מופיעים באזורים של קפלי העור: בין אצבעות הידיים, באמות, במרפקים, סביב בית השחי, באזור החגורה והבטן, אצל הגברים באזור המפשעות ואצל נשים סביב הפטמות והעכוזים. אצל פעוטות הם מופיעים גם בראש, בצוואר, בכפות הידיים והרגליים.

**תקופת ההדבקה:** עד ביצוע טיפול מתאים המשמיד את הקרציונים וביניהם.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** עד ביצוע טיפול מתאים.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** בדיקת כל הבאים במגע במסגרת המשפחה והמעון/גן, ומתן טיפול בו-זמנית לכל החולים. יש לאסור על שימוש משותף בחפצים אישיים העלולים להיות נגועים. עם גילוי מקרה גרדת אחד יש לפנות לאחות בתחנה לבריאות המשפחה או ללשכת הבריאות.

### 3. פטרת הראש (גזזת)

**סימני המחלה:** איי התקרחות בשיער הראש, השיער נשבר בקלות, ולעתים מתפתחים פצעים מוגלתיים באזור הנגוע. המחלה מידבקת מילד לילד או מבעל חיים (חתול, כלב) לילד.

**תקופת ההדבקה:** כל עוד יש ממצאים קליניים.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** עד תחילת טיפול מתאים.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** מן ההכרח לבדוק את כל הבאים במגע במסגרת המשפחה והמעון/גן ולתת טיפול בו-זמנית לכל החולים. יש לאסור שימוש משותף בחפצים אישיים העלולים להיות נגועים (מצעים, מגבות, בגדים, מסרק, כובע). כאשר מקור ההדבקה הוא בעל חיים, יש לטפל בו או להרחיקו. עם גילוי מקרה גזוז יש לפנות לאחות בתחנת טיפת חלב או ללשכת הבריאות.

#### 4. דלקת עיניים עם הפרשה

**סימני המחלה:** עין אדומה, הפרשה מוגלתית ו/או גרד. בין הגורמים לדלקת עיניים: חיידקים, נגיפים וטפילים. המחלה מועברת במגע עם הפרשות. לעתים עין אדומה נגרמת על ידי רגישות אלרגית, אך זו כמובן אינה מידבקת.

**תקופת ההדבקה:** תלויה בסיבה לדלקת. בדרך כלל מדובר בתקופה קצרה.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** עד חלוף סימני המחלה.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** רחיצת ידיים.

#### 5. פצעים בפה עקב נגיף הרפס

**סימני המחלה:** חום, אי-שקט, בלוטות לימפה נפוחות ורגישות מתחת ללסת ופריחה עם כיבים בחניכיים ובריריות הפה והשפתיים. זיהומים מנגיף הרפס שכיחים מאוד בקרב כלל האוכלוסייה וגם בקרב ילדי מעונות, גנים ובתי ספר, חלקם ללא סימנים כלל.

**תקופת ההדבקה:** הנגיף מופרש מהפצעים עד שבועיים ממועד הופעתם, לפעמים יש הפרשה של הנגיף גם ללא פצעים. יש סיכון מוגבר להדבקה מילדים עם פצעים פעילים עם ריור או ללא שליטה על בליעת הרוק.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** יש להרחיק ילדים עם פצעים וריור או ללא שליטה על בליעת הרוק שלהם עד חלוף סימני המחלה.

**מניעת המחלה בקרב הבאים במגע עם החולה:** רחיצת ידיים במים ובסבון וכן כיסוי הפצעים ככל האפשר.

## 6. כינמת הראש

**סימנים:** ניתן לזהות את כינמת הראש לפי הביצים הקטנות בגודל ראש סיכה הדבוקות לשיער עד לגובה סנטימטר אחד מעור הראש. בעיקר ניתן למצוא את הביצים מעל העורף ומאחורי האוזניים. ביצים חיות הן מלאות, וניתן לפצחן. ביצי הכינים דבוקות היטב לשיער ובניגוד לקשקשים אינן יורדות בנשיפה. הכינים גורמות לגירוד עז.

**תקופת ההדבקה:** עד להשמדת הכינים וביציהן.

**תקופת ההרחקה מהמעון/גן:** אין צורך בהרחקת הילד מהמעון/גן.

**אמצעי מניעה:** יש לאסור על שימוש משותף בחפצים אישיים העלולים להיות נגועים. יש לדאוג לאיסוף שיער ולסירוקו לעתים קרובות במסרק סמיך בעל שיניים צפופות, מהקרקפת ולכל אורך השיער.

עם גילוי הכינמת יש לדאוג שהילד יקבל טיפול מתאים ויש להודיע לכל ההורים לערוך בדיקות יומיות לילדם ולכל בני המשפחה ולטפל בכינמת לפי הצורך. יעילות הטיפול תלויה בביצועו אצל כל הילדים עם כינים ובני משפחותיהם בו זמנית.

## ד. מחלות המועברות באמצעות דם

דלקת כבד נגיפית מסוג B, C ואיידס מועברות מאדם לאדם על ידי דם והפרשות גוף. במחלות אלה קיים מצב של נשאות הנגיף: לבני אדם שנדבקו אין סימני מחלה, אך הם מסוגלים להעביר את המחלה לאחרים. העברת המחלות הללו יכולה להתרחש כאשר נגיף הנמצא בדם או בהפרשות הגוף של הנשא נכנס לגופו של אדם אחר דרך חתך, פצע בעור, שריטה או שפשוף של רקמות ריריות.

בתנאי מעון וגן ניתן למנוע הדבקה בנגיפים אלה על ידי פעולות מנע פשוטות. חיסון נגד דלקת כבד נגיפית B ניתן בתחנת טיפת חלב בשנת החיים הראשונה. החיסון ניתן בשלוש מנות: מייד לאחר הלידה, בגיל חודש ובגיל 6 חודשים.

ילד נשא נגיפים אלה רשאי לבקר במעון/גן כרגיל.

### הטיפול בדם ובהפרשות הנוגעות בדם

נגיפי האיידס ודלקת כבד B, C נהרסים על ידי חומרי ניקוי וחיטוי פשוטים.

1. אין לגעת בדם של אדם בידיים חשופות. המטפל בדם או בהפרשות חייב להישמר ממגע ישיר עם הדם ועם יתר נוזלי הגוף על ידי שימוש בכפפות ורחיצת ידיים יסודית במים ובסבון לאחר הורדת הכפפות.
2. רצוי להשתמש בכפפות לטקס (עבות יותר מכפפות חד-פעמיות רגילות). אם אין כפפות, יש להימנע ממגע ישיר עם הדם על ידי שימוש במפית, בגזה, במגבונים או בכל חומר ספיגה אחר.
3. יש לנקות מייד כל שטח שהזדהם מדם ומהפרשות אדם (קיא, צואה, רוק ושתן) על ידי הסרת כל זיהום נראה לעיין.





לאחר הסרת הזיהום הנראה לעין, יש לחטא את המקום בתמיסה של כלור ביתי (אקונומיקה) בריכוז של חלק אחד על כל 10 חלקים מים לחצי דקה לפחות. לאחר מכן יש לנקות את השטח ולחטא חיטוי נוסף.

את הפסולת הרכה כמו כפפות או חומרים אחרים ששימשו לספיגת הנוזלים, יש להכניסם לשתי שקיות ניילון עבות ולסגור היטב לפני שמשליכים לפח. פצעים או חתכים של המטפלים, לפני טיפול בדם או בהפרשות אחרות, רצוי לכסות בחומר בלתי חדיר למים כמו אספלנית (פלסטר).

במקרה של התזת דם לתוך העיניים או הפה, יש לשטוף מיד בכמות גדולה של מים במשך 10 דקות ולהתייעץ עם הצוות הרפואי בלשכת הבריאות.

אנו מפנים שוב את תשומת לבכם לחשיבות של רחיצת ידיים יסודית במים ובסבון לאחר כל טיפול בדם ובהפרשות אדם כאמצעי הטוב ביותר למניעת העברה של מחלות בכלל ולמניעת מחלות המועברות על ידי דם בפרט.

## נספח 2: שיטות לחיטוי וחומרים מומלצים:

פעולת חיטוי יעילה, רק כאשר קדמו לה רחיצה או שטיפה נכונים: שאריות של לכלוך, של סבון או דטרגנט אחר עלולות לבטל את השפעת הכלור. חשוב להקפיד על ניקוי ועל חיטוי בהתאם להוראות של יצרני החומרים. שיטות הניקוי והחיטוי יהיו תלויות בחומר שממנו עשוי הכלי ובשימוש שעושים בו.

### מים רותחים:

יש להרתיח את הפריטים לחיטוי במים למשך 15 דקות לפחות.

### תמיסת כלור:

תמיסת כלור (אקונומיקה) דלילה:

כלור מחטא על ידי חמצון חומרים אורגניים וגורם להשמדת החיידקים. ריכוזו של הכלור הולך ופוחת בעת חמצון החומר האורגני ותוך זמן קצר יעילותו מתבטלת.

### הכנה תמיסת כלור (אקונומיקה) דלילה:

**א.** תמיסת כלור (אקונומיקה) משווקת בד"כ בריכוז של 3.5% חומר פעיל. יש למהול תמיסה זו ביחס של כוס אחת (200 סמ"ק) של אקונומיקה לכל דלי מים של 10 ליטרים.

**ב.** יש להשתמש בתמיסת הכלור ביום הכנתה בלבד.

**ג.** אין לעשות בתמיסת כלור שימוש חוזר.

### תמיסה מרוכזת לחיטוי משטחים מזוהמים בדם או הפרשות עם דם:

יש להשתמש בכלור ביתי (אקונומיקה) בריכוז של חלק אחד על כל 10 חלקים מים לחצי דקה לפחות.

### השרייה:

**א.** יש להשרות במשך 10 דקות את הפריטים לחיטוי בתמיסה הדלילה (אלא אם כן מדובר בפריטים מזוהמים בדם, או בהפרשות עם דם, כאמור לעיל).

**ב.** במקרה של שטח מזוהם בדם או בהפרשות אדם, יש להשאיר את החומר 30 דקות, לספוג אותו ולנגב במגבת נייר חד-פעמית. יש להשליך מיד את מגבות הנייר לשקית פלסטיק בתוך פח סגור.

### כדורי כלור, NaDCC:

כדורי כלור קיימים בשוק בשמות מסחריים שונים, כגון: פריספט, טהרטף, טהרספט, תכשיר 430. יש להשתמש בהם לפי הוראות היצרן במיכל עשוי מפלסטיק או מזכוכית (לא ממתכת) ולהשרות את הכלים בתמיסה זו במשך 20-30 דקות. התמיסה יעילה לזמן מוגבל.

### בטיחות:

**יש לאחסן אקונומיקה, תמיסת כלור או כדורי כלור הרחק מהישג ידם של ילדים.**

יש להשאיר את מוצרי הכלור והניקיון באריזה המקורית. בעת השימוש אין לערבב חומרי חיטוי המכילים כלור עם חומרים אחרים.

## ספקי השירות המונע

פיקס	מרכזיה	כתובת	לשכות הבריאות
04-6561465	04-6557888	רח' המלאכה 3, נצרת עילית	מחוז צפון
04-6457098	04-6557000	רח' 411, נצרת	נפת נצרת
04-6099049	04-6099000	רח' ירושלים 4 עפולה	נפת יזרעאל
04-6720627	04-6710300	רח' אלחדיף 1, טבריה	נפת כנרת
04-6971576	04-6994200	רח' הפלמ"ח 52, צפת	נפת צפת
04-9917957	04-9955111	רח' דוד נוי 17, עכו	נפת עכו
04-8632915	04-8633111	שדרות פל-ים 15 א', ת.ד. 800 חיפה	מחוז חיפה
04-6323958	04-6240801	רח' הלל יפה 13, ת.ד. 214, חדרה	נפת חדרה
03-5611532	03-5634848	רח' הארבעה 12-14, תל-אביב	מחוז תל אביב
08-9788600	08-9788660	רח' הרצל 91, קרית הממשלה, רמלה	מחוז מרכז
08-9251607	08-9181212	רח' דני מס 3, רמלה	נפת רמלה
08-9469130	08-9485858	רח' אופנהיימר 10, רחובות	נפת רחובות
09-8611546	09-8300111	שדרות ויצמן 23, נתניה	נפת השרון
03-9344587	03-9051818	רח' אחד העם 31, פתח-תקווה	נפת פתח תקווה
02-5385513	02-5314811	רח' יפו 86, ירושלים	מחוז ירושלים
08-6732342	08-6745555	מרכז רפואי ברזילי, אשקלון	מחוז אשקלון
08-6280286	08-6263511	רח' התקוה 4, באר-שבע	מחוז באר שבע

### טלפון

03-5643444  
02-6298074

רח' בלפור 14, בית שטראוס, ת"א  
כיכר ספרא 10, ירושלים

### כתובת

### עיריות

עיריית תל אביב  
עיריית ירושלים

### טלפון

03-6923365  
03-5143535  
03-5202323  
03-6970359

רח' ארלוזורוב 101, ת"א  
רח' המרד 27, ת"א  
רח' אבן גבירול 124, ת"א  
רח' שפרינצק 23, ת"א

### כתובת

### קופות חולים

שירותי בריאות כללית  
מכבי שירותי בריאות  
מאוחדת  
לאומית

