


Zalecenia dla pacjenta z dodatnim wynikiem badania w kierunku koronawirusa

Zalecenie dla pacjenta z dodatnim wynikiem badania w kierunku koronawirusa ze wskazaniem do izolacji w warunkach domowych.



ZALECENIA DLA PACJENTA Z DODATNIM WYNIKIEM BADANIA W KIERUNKU KORONAWIRUSA ZE WSKAZANIEM DO IZOLACJI W WARUNKACH DOMOWYCH

22.03.2020

Celem izolacji domowej jest odosobnienie chorego, który, po zbadaniu przez lekarza, nie wymaga hospitalizacji ze względu na stan zdrowia. Izolacja domowa jest stosowana u pacjentów, którzy mają dodatni wynik badania w kierunku koronawirusa SARS-CoV-2 i nie mają objawów choroby lub wykazują łagodne, umiarkowane objawy choroby COVID-19 (np. stan podgorączkowy, kaszel, ból gardła, osłabienie).

Osoby z kontaktem domowego z chorym mają najwyższe ryzyko zakażenia. Do zakażenia dochodzi drogą kropelkową podczas mówienia, kaszlu czy kichania albo poprzez dotyk skażonych przedmiotów.

W sytuacji pogorszenia stanu zdrowia należy niezwłocznie wezwać karetkę pogotowia informując o rozpoznaniu COVID-19 i izolacji w warunkach domowych celem przewiezienia do szpitala. Na pogorszeniu mogą wskazywać uporczywa gorączka powyżej 39 stopni, duszność, bóle w klatce piersiowej, krwawienia z nosa, wybroczyny na skórze.

PODCZAS IZOLACJI DOMOWEJ OBOWIĄZUJĄ NASTĘPUJĄCE ZALECENIA:

- Dwa razy dziennie wykonuj pomiar temperatury ciała, przyjmuj co najmniej 1,5 litra płynów dziennie, przyjmuj 3-4 lekkostrawne posiłki.
- Przebywaj (całą dobę) w jednym pokoju, w którym nie mieszkają/ nie przebywają inni domownicy.
- Staraj się komunikować z otoczeniem poprzez telefon, komputer, jak najmniej narażając inne osoby na kontakt.
- Inni domownicy NIE powinni zbliżyć się do Ciebie bliżej niż na 2 metry.
- NIE powinieś mieć kontaktu ze zwierzętami domowymi – mogą przynieść wirusa na osoby zdrowe, na sierści której dotykasz.
- Jedli inna osoba wchodzi do pokoju w którym przebywasz, powinna zakryć maską usta i nos (maseczka chirurgiczna lub samodzielnie sporządzona z tkaniny albo ręcznik).
- NIE wynosź rzeczy z pokoju, z którego korzystasz.
- NIE wchodzi do innych pomieszczeń zwłaszcza, jeśli ktoś w nich przebywa.
- Jeżeli w mieszkaniu jest wspólna toaleta/łazienka, korzystaj z niej oddzielnie, najlepiej jako ostatni z domowników; miej go sobie urządzenia z których korzystasz, zdezynfekuj WC dostępnymi dla gospodarstwa domowych środkami, przed wyjściem umyj dokładnie ręce. Używaj wyłącznie własnych ręczników, powieś je w innym miejscu niż ręczniki pozostałych domowników. Trzymaj przybory toaletowe np. szczoteczkę do zębów w pokoju, w którym odbywasz izolację.
- Często otwieraj okna, wietrz pokój. Jeśli musisz wyjść z pokoju, np. do łazienki, załóż maskę na usta i nos (maseczka chirurgiczna lub samodzielnie sporządzona z tkaniny albo ręcznik).
- NIE korzystaj z wentylatorów, klimatyzacji, ani oczyszczaczy powietrza.
- Zmieniaj pościel i piżamę co 2 dni, a ręczniki codziennie.

- Zużyta pościel, ręczniki i brudne ubrania wkładaj do worka plastikowego w pokoju, a kiedy się zapelní, wystaw go za drzwi, tak aby inna osoba mogła zrobić pranie.
- Śmieci wrzucaj do plastikowego worka (poproś o zawieszenia pustego worka na kłamce), a kiedy się zapelní, wystaw go za drzwi, tak aby inna osoba mogła go wyrzucić do śmietnika.
- Używaj oddzielnych sztućców, talerzy, kubków, szklanek. Powinny być oddzielne tylko dla Ciebie.
- Przygotowane posiłki, wodę, leki spożywaj w warunkach izolacji, poproś, aby podano ci je pod drzwi.
- Brudne naczynia wystawiaj za drzwi pokoju, aby inna osoba umyła je w zmywarce w temp. minimum 60°C z użyciem detergentu lub ręcznie środkiem myjącym do naczyń i pod gorącą wodą. Po zmywaniu, osoba myjąca naczynia musi umyć ręce wodą z mydłem.

JAK SPRZĄTAĆ W MIESZKANIU, W KTÓRYM IZOLOWANY JEST JEDEN (DWOJE CHORYCH), A RESZTA JEST ZDROWA?

- Kilka razy dziennie dezynfekuj poprzez przecieranie chusteczkami nasączoneymi środkiem dezynfekcyjnym:
 - kłamki do drzwi, blaty stołów, uchwyty lodówek, szafek, rączka czajnika, armatura łazienkowa, toalety i uchwyty toaletowe, telefony, klawiatury, piloty telewizyjne, tablety, stoliki nocne, włączniki światła,
 - dezynfekcję wykonuj w gumowych rękawiczkach, NIE wycieraj nadmieru środka dezynfekcyjnego z powierzchni.
- Pranie ubrań, pościeli:
 - piierz rzeczy w oddzielnym wsadzie, bez ubrań innych domowników,
 - wysp ubrania do pralki bezpośrednio z worka, bez ich dotykania.
 - ubrania i pościel pierz w temperaturze najwyższej dopuszczalnej dla pranych tkanin, ale nie niższej niż 60 stopni C z użyciem detergentu, przez co najmniej 40 min.
 - używaj ubrań, które można prać w temperaturze 60°C,
 - po załadunku pralki umyj lub zdezynfekuj ręce.
- NIE wysylaj rzeczy do pralni.
- Wyrzucanie śmieci
 - osoba wyrzucająca śmieci z twojego domu/ mieszkania odbiera worek spod drzwi pokoju w gumowych rękawiczkach, pakuje je w drugi worek, wyrzuca do śmietnika. Po zdjęciu rękawic wyrzuca je, myje lub dezynfekuje ręce.

WSZYSCY DOMOWNICY PODLEGAJĄ KWARANTANIE PRZEZ CAŁY OKRES IZOLACJI ORAZ 14 DNI OD DNIA UZNANIA OSOBY ZAKAŻONEJ ZA ZDROWĄ, OSOBY TE:

- NIE mogą opuszczać domu, robić zakupów.
- Poruszają się w obrębie pomieszczeń, w których nie jest izolowany chory lub własnym przydomowym ogrodzie bez kontaktu z chorym ani sąsiadami.
- Należy poprosić telefonem/ mailowo (rodzimą, przyjaciół lub MOPS) o pomoc, osoba dostarczająca potrzebne produkty ma zostawiać je pod drzwiami Twojego domu/mieszkania i zawiadamić w ustalony sposób, tak by nie kontaktować się bezpośrednio.