



AZIENDA SANITARIA
LOCALE DI **BIELLA**



 REGIONE
PIEMONTE

www.regione.piemonte.it/sanita

RACCOMANDAZIONI PER LE PERSONE AFFETTE DA COVID-19 IN ISOLAMENTO DOMICILIARE E PER I FAMILIARI CHE LI ASSISTONO



**Seguire attentamente
queste raccomandazioni
protegge la tua famiglia
e contribuisce a contenere l'epidemia**

Sommario

Gestione dell'isolamento domiciliare	3
Durata dell'isolamento	5
Come e quando utilizzare le mascherine	5
Lavaggio delle mani	5
Comportamenti generali	7
Come lavo i vestiti?	6
Dove e come posso smaltire i rifiuti?	6
Come lavo le stoviglie/oggetti usati?	7
Come posso lavare le superfici utilizzate?	8
Cure al domicilio	9
Trasporto verso struttura sanitaria	10
Come gettare e raccogliere i rifiuti domestici	11

Informativa dell'Istituto Superiore di Sanità

Fonte: Istituto Superiore di Sanità

**Regione Piemonte - Gestione Commissariale
straordinaria per l'Emergenza COVID 19**

Al fine di garantire il massimo della protezione e delle cure per le persone assistite che siano venute a stretto contatto con una persona positiva, vengono fornite queste semplici istruzioni per le persone sottoposte a trattamento fiduciario domiciliare.

GESTIONE DELL'ISOLAMENTO DOMICILIARE

Le persone assistite devono **rimanere isolate a domicilio** seguendo le indicazioni del Servizio di Igiene Sanità Pubblica (SISP) **fino a quando il SISP non dichiara che non sono più necessarie.**

Importante è l'isolamento della **persona assistita, che non dovrebbe uscire dalla stanza** (in cui vi sia anche il suo letto e i generi di conforto necessari) tranne per esigenze indifferibili, per esempio andare nella stanza da bagno.

La porta della camera del paziente deve restare chiusa sia che il paziente sia nella stanza sia che non vi sia (per esempio se si fosse recato nella stanza da bagno).

L'assistito dovrebbe usare un **bagno diverso e delle salviette/asciugamani diverse/i** dal resto della famiglia.

Le mani vanno asciugate utilizzando asciugamani di carta usa e getta. Se ciò non è possibile, utilizzare asciugamani riservati e sostituirli quando sono bagnati.



Evitare di condividere con il malato spazzolini da denti, sigarette, utensili da cucina, asciugamani, biancheria da letto, ecc

Tutte le camere dovrebbero essere areate frequentemente, possibilmente più volte al giorno.

Gli altri componenti della famiglia devono stare lontani dalla persona assistita e **non devono manipolare o condividere oggetti come stoviglie, libri, giochi o qualsiasi altra cosa utilizzata**. Gli altri membri della famiglia dovrebbero rimanere in un'altra stanza o essere separati dal paziente il più possibile, inoltre dovrebbero usare una camera da letto e un bagno separati, se disponibili.

Deve essere sospesa ogni visita da parte di persone che non abitano la casa.



L'assistito dovrebbe evitare contatti con animali domestici, quando possibile.

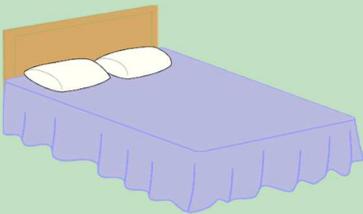
DURATA DELL'ISOLAMENTO DOMICILIARE

Il paziente deve rimanere in isolamento domiciliare fino a che il Servizio Igiene e Sanità Pubblica non riterrà di poter sospendere la quarantena domiciliare (indicativamente non meno di 14 giorni)

COME E QUANDO UTILIZZARE LE MASCHERINE

Le persone malate o comunque positive anche in assenza di sintomi devono portare sempre una mascherina chirurgica se escono dalla camera o se un'altra persona è nella camera.

Il paziente deve coprirsi la bocca quando tossisce o starnutisce con un fazzoletto monouso e lavarsi le mani immediatamente dopo.



Utilizzare la mascherina quando si cambiano le lenzuola del letto della persona ammalata.

LAVAGGIO DELLE MANI

Le persone malate e le persone che vengono per qualsiasi motivo **in contatto con le stesse o con oggetti manipolati dall'ammalato e/o che abitino la stessa casa devono lavarsi il prima possibile le mani** con acqua e sapone e comunque lavarsi spesso le mani con acqua calda e sapone.

COMPORAMENTI GENERALI

Come lavo i vestiti?

Gli indumenti da lavare della persona assistita non devono essere lasciati in attesa all'esterno della camera, per esempio in un locale lavanderia, dove gli altri componenti della famiglia potrebbero venirci in contatto.

Mettere la biancheria contaminata in un sacchetto dedicato alla biancheria sporca indossando i guanti. Non agitare la biancheria sporca ed evitare il contatto diretto con pelle e indumenti.

Lavare vestiti, lenzuola, asciugamani, ecc. del malato in lavatrice a 60-90°C usando un normale detersivo oppure a mano con un normale detersivo e acqua, e asciugarli accuratamente.

Dove e come posso smaltire i rifiuti?

Utilizzare contenitori con apertura a pedale dotati di doppio sacchetto, posizionati all'interno della stanza del malato, per gettare guanti, fazzoletti, maschere e altri rifiuti.

I materiali fortemente contaminati come i fazzoletti di carta o le maschere devono essere gettati possibilmente dallo stesso paziente in un sacco di plastica che dovrebbe essere ben chiuso, possibilmente infilato in un altro sacchetto ed eliminato con le altre immondizie domestiche indifferenziate.



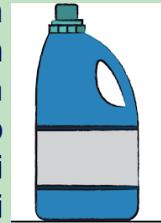
Va sospesa la raccolta differenziata per evitare l'accumulo di materiali potenzialmente pericolosi che vanno invece eliminati nel bidone dell'indifferenziata.

Come lavo le stoviglie/oggetti usati?

Gli oggetti manipolati dai pazienti, comprese le posate e le stoviglie devono essere lavate possibilmente in lavastoviglie, alla temperatura maggiore possibile, immediatamente dopo che siano uscite dalla camera del malato.

Come posso lavare le superfici utilizzate?

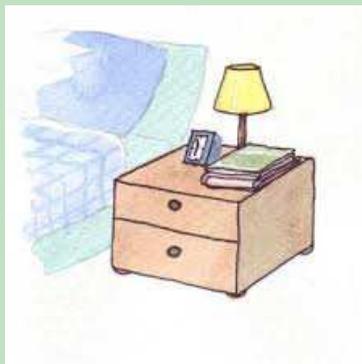
Sarebbe opportuno pulire utilizzando un normale disinfettante domestico o con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5% di cloro attivo oppure con alcol 70%, indossando i guanti domestici e indumenti protettivi (es. un grembiule di plastica):



CANDEGGINA

- le superficie toccate frequentemente dal paziente: comodini, reti e altri mobili della camera dal etto, telefono, letto, maniglie delle porte, interruttori della luce, ecc;
- Tutte le superfici orizzontali e verticali che possono sporcarsi (ripiani, porte, ante degli armadi, pavimenti).

Non è necessario disinfettare di routine pareti, finestre o altre superfici verticali se non visibilmente sporche, la nebulizzazione di disinfettanti non è indicata.



E' molto importante evitare il contatto diretto con i fluidi corporei, in particolare le secrezioni orali o respiratorie, feci e urine utilizzando guanti monouso.

Una volta terminate le pulizie, dopo essersi tolti i guanti, lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone.

I componenti della famiglia devono avvertire immediatamente il medico di famiglia o l'Unità Speciale di Continuità Assistenziale, se cominciano ad avere tosse o una puntata febbrile o manifestano altri sintomi respiratori.



CURE AL DOMICILIO

In presenza di sintomi compatibili con la permanenza al domicilio la persona malata deve seguire le linee di comportamento abituali per una persona convalescente, indicate dal medico di Famiglia e/o esplicitate nella lettera di dimissione.

Non è indicata la valutazione medica al domicilio, bensì un monitoraggio a distanza.

Se i sintomi si aggravassero, compresa una crescente difficoltà respiratoria o se il malato mostrasse degli altri segni preoccupanti, per esempio un'estrema sonnolenza o non urinare da 12 ore, occorre **contattare il medico di famiglia o l'Unità Speciale di Continuità Assistenziale (USCA).**

La temperatura ascellare della persona malata deve essere misurata **almeno 2 volte al giorno** con un termometro e deve essere **registrata**. Se la persona malata ha assunto farmaci contro la febbre, la febbre deve essere misurata almeno 4 ore dopo la somministrazione dell'ultima dose di questi farmaci.



TRASPORTO VERSO STRUTTURA SANITARIA

Evitare il trasporto pubblico per raggiungere la struttura sanitaria designata; chiamare un'ambulanza o trasportare il malato in un'auto privata e, se possibile, aprire i finestrini del veicolo.

La persona malata dovrebbe indossare una mascherina chirurgica per recarsi nella struttura sanitaria e mantenere la distanza di almeno 1 metro dalle altre persone.



Qualsiasi superficie contaminata da secrezioni respiratorie o fluidi corporei durante il trasporto deve essere pulita e disinfettata usando un normale disinfettante domestico con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5% di cloro attivo oppure con alcol 70%



nuovo coronavirus

Come raccogliere e gettare i rifiuti domestici

Se sei POSITIVO o in quarantena obbligatoria...

- Non differenziare più i rifiuti di casa tua.
- Utilizza due o tre sacchetti possibilmente resistenti (uno dentro l'altro) all'interno del contenitore utilizzato per la raccolta indifferenziata, se possibile a pedale.
- Tutti i rifiuti (plastica, vetro, carta, umido, metallo e indifferenziata) vanno gettati nello stesso contenitore utilizzato per la raccolta indifferenziata.
- Anche i fazzoletti o i rotoli di carta, le mascherine, i guanti, e i teli monouso vanno gettati nello stesso contenitore per la raccolta indifferenziata.
- Indossando guanti monouso chiudi bene i sacchetti senza schiacciarli con le mani utilizzando dei lacci di chiusura o nastro adesivo.
- Una volta chiusi i sacchetti, i guanti usati vanno gettati nei nuovi sacchetti preparati per la raccolta indifferenziata (due o tre sacchetti possibilmente resistenti, uno dentro l'altro). Subito dopo lavati le mani.
- Fai smaltire i rifiuti ogni giorno come faresti con un sacchetto di indifferenziata.
- Gli animali da compagnia non devono accedere nel locale in cui sono presenti i sacchetti di rifiuti.