

Рекомендації щодо ізоляції вдома та план супроводу пацієнтів

ЩО МЕНІ РОБИТИ, ЯКЩО Я ЗНАХОДЖУСЯ В ПРОФІЛАКТИЧНІЙ ІЗОЛЯЦІЇ?

- Слід залишатися переважно в одному **приміщенні або кімнаті для індивідуального користування** або, якщо це є неможливим, необхідно знайти місце, яке може гарантувати **мінімальну відстань у 2 метри** з рештою співмешканців.
- **Двері в кімнату повинні залишатися закритими.** Якщо вам необхідно дістатися зон загального користування в будинку, слід користуватися хірургічною маскою і виконувати **гігієну рук** при виході з кімнати. Приміщення загального користування мають добре провітрюватися.
- Приміщення або кімната повинні мати **достатню вентиляцію** безпосередньо на вулицю. Не можна створювати в приміщенні примусові протяги за допомогою систем опалення або охолодження.
- Слід користуватися **індивідуальною ванною кімнатою**. Якщо ви не маєте окремої ванної кімнати, треба проводити очищення за допомогою відбілювача для дому після кожного використання пацієнтом.
- Треба часто **мити руки** з милом, особливо після кашлю, чхання або використання паперової серветки, якою ви прикривалися рот і ніс під час кашлю. Крім того, ви можете використовувати **водно-спиртові розчини (антисептик)**, якщо маєте в наявності.
- Було б дуже добре вжити **переговорний пристрій** (наприклад, пристрій, що використовується для спостереження за немовлятами) для спілкування з членами сім'ї, не виходячи з кімнати. Також можна використовувати мобільний телефон.
- Всередині приміщення або кімнати слід розмістити **відро для сміття**, кришка якого відкривається за допомогою натискання педалі. У відро треба покласти **поліетиленовий пакет, який герметично закриватиме відходи**.
- Рекомендується мати **туалетні приладдя для індивідуального користування** та гігієнічні засоби для рук, такі як **мило або водно-спиртовий розчин**.
- **Рушники** слід міняти систематично, як тільки вони стали вологими.
- Треба постійно дотримуватися заходів **гігієни дихання**: прикривати рот і ніс при кашлі або чханні одноразовими серветками або зігнутих ліктем, мити руки відразу після цього.
- **Не можна приймати відвідувачів** протягом періоду ізоляції.
- Рекомендується проводити **щоденний реєстр входів та виходів** осіб, які відвідують кімнату.
- Усі співмешканці повинні **мити руки з милом та водою або водно-спиртовим розчином** після будь-якого контакту з пацієнтом або його найближчим оточенням.
- У випадку з мамою, що годує грудьми, слід **надавати маску**, коли ви знаходитесь поруч з дитиною, і ретельно дотримуватися гігієни рук перед тісним контактом з немовлям.

ЩО МЕНІ РОБИТИ ЯКЩО СТАН МОГО ЗДОРОВ'Я ПОГІРШИТЬСЯ?

- Якщо **клінічний стан погіршиться** або домашня ситуація не гарантуватиме належний клінічний контроль за рішенням санітарного персоналу, зверніться до SUMMA 112 для **направлення до лікарні**.
- Згідно рекомендаціям, пацієнт повинен їхати **в машині швидкої допомоги без супроводу**. У випадку, якщо суттєво супроводжувати пацієнта (інваліди, малолітні діти чи інші обставини), супроводжувачу знадобиться **хірургічна маска**.

ЩО МЕНІ РОБИТИ, ЯКЩО Я ДОГЛЯДАЮ ПАЦІЄНТА, ЯКИЙ ЗНАХОДИТЬСЯ В ПРОФІЛАКТИЧНІЙ ІЗОЛЯЦІЇ?

Слід подбати про те, щоб тільки одна особа забезпечувала догляд за пацієнтом:

- Пацієнт має використовувати **хірургічну маску** коли доглядач знаходиться поруч з ним.
- Доглядач не повинен мати **факторів ризику ускладнень від COVID-19**: хронічної серцевої, легеневої, ниркової хвороби, імуносупресії, діабету або знаходитися у стані вагітності.
- Слід **вживати запобіжних заходів** кожного разу, коли ви вступасте в контакт із пацієнтом або його виділеннями (кров, кал, сеча, блювота, слина...). В ідеалі необхідно використовувати:
 - **Хірургічну маску**. Під час носіння не слід чіпати або здійснювати додаткові дії з маскою. Якщо маска намокне або забрудниться виділеннями, негайно вдягніть іншу. Треба утилізувати маску після використання у закритий контейнер для сміття з кришкою та **виконати гігієну рук**.
 - **Одноразові рукавички**. Слід вживати у разі будь-якого контакту з виділеннями пацієнта. Після використання необхідно утилізувати рукавички та негайно вимити руки.

ЩО МЕНІ РОБИТИ З ВІДХОДАМИ ВДОМА?

- **Прати постільну білизну, рушники та інші приладдя** хворих із звичайними мильними або миючими засобами при температурі **60-90 °C** і дати висохнути повністю. Одяг слід помістити в сумку, що закривається герметично доти, доки не настане час прання. Не струшувати одяг перед пранням.
- **Одноразовий матеріал, що використовується** хворою людиною та її доглядачем (рукавички, серветки, маски), ЗІЗ медичного персоналу (крім окулярів та маски) та будь-які інші відходи після пацієнта, слід утилізувати в **сміттєве відро, розташоване в приміщенні**, бажано з кришкою і педаллю. **Пластиковий пакет повинен закриватися герметично**. Перш ніж виносити пакет із сміттям з кімнати слід закрити його.
- **Пакет із сміттям** можна викидати з рештою побутових відходів, якщо він поміщений у герметично закритий мішок.
- Столові прибори, келихи, тарілки та інший посуд для багаторазового використання слід мити **гарячою мильною водою** або бажано в посудомийній машині.
- Після контакту з будь-якими відходами завжди слід проводити **гігієну рук**.

ЯК ТРЕБА ЧИСТИТИ ПОВЕРХНІ ЖИТЛОВОГО ПРИМІЩЕННЯ?

- Поверхні, до яких часто торкаються (тумбочки біля ліжка, матрац, меблі для спальні), поверхні у ванній або туалетній кімнаті **слід мити за допомогою одноразового матеріалу** та щодня дезінфікувати побутовим дезінфікуючим засобом, що містить відбілювач розведений водою у пропорції 1:100 (1 частину відбілювача та 99 частин води). Побутовий дезінфікуючий засіб слід готувати у той самий день, коли він буде використаний.
- Особа, відповідальна за прибирання, повинна використовувати для захисту **маску та рукавички**.
- Після прибирання слід провести ретельну **гігієну рук**.