

INDICAZIONI PER L'ISOLAMENTO DOMICILIARE TEMPORANEO

I contatti stretti di casi con infezione da SARS-CoV-2 confermati e identificati dalle autorità sanitarie, devono osservare:

- un periodo di quarantena di 14 giorni dall'ultima esposizione al caso; oppure
- un periodo di quarantena di 10 giorni dall'ultima esposizione con un test antigenico o molecolare negativo effettuato il decimo giorno ed attenersi alle seguenti indicazioni per cercare di limitare al massimo il contagio con i conviventi.

Buone Prassi da osservare in caso di isolamento:

È necessario evitare il più possibile i contatti del soggetto con l'esterno e con altri soggetti:

- Posizionare il paziente in una stanza singola ben ventilata;
- Non consentire l'accesso di visitatori;
- I membri della famiglia o altre persone che dovessero entrare in contatto con il paziente devono mantenere una distanza di almeno 1 m dalla persona malata;
- Se possibile mettere a disposizione un bagno ad uso esclusivo del paziente e dare indicazioni perché i pasti vengano consumati nella camera assegnata al paziente; qualora non sia possibile, limitare, comunque, i movimenti del paziente all'interno dell'abitazione e ridurre al minimo lo spazio condiviso;
- Assicurarsi che gli spazi eventualmente condivisi (es. cucina, bagno) siano ben ventilati (es. le finestre aperte). - Il personale sanitario che si reca presso il domicilio del paziente deve indossare adeguati DPI;
- Eseguire l'igiene delle mani dopo ogni contatto con il paziente (anche prima e dopo aver rimosso i guanti) o il suo ambiente di vita.
- Evitare il contatto diretto con i fluidi corporei.
- L'igiene respiratoria deve essere praticata da tutti, specialmente dal malato, in ogni momento. L'igiene respiratoria si riferisce alla copertura della bocca e del naso durante la tosse o lo starnuto con mascherina, fazzoletti o gomito flesso, seguita dall'igiene delle mani.
- Gettare i materiali utilizzati per coprire la bocca o il naso o igienizzarli in modo appropriato dopo l'uso (ad es. lavare i fazzoletti con sapone o detergente e acqua).
- Gli utensili da cucina e i piatti utilizzati dal paziente devono essere puliti con acqua e sapone dopo l'uso.
- Pulire e disinfettare quotidianamente le superfici più frequentemente toccate dal paziente come comodini, telai e altri mobili della camera da letto e il bagno con comuni disinfettanti quali ipoclorito di sodio (0.1%-0,5%), etanolo (62-71%) o perossido di idrogeno (0.5%), per un tempo di contatto adeguato.
- Pulire vestiti, lenzuola, asciugamani e altri effetti personali dei pazienti con un normale detersivo, in lavatrice a 60-90 °C e asciugare accuratamente.
- Evitare il contatto diretto della pelle e dei vestiti con biancheria sporca.
- Usare guanti monouso e indumenti protettivi (es. grembiuli di plastica) per pulire o toccare superfici, indumenti o biancheria sporchi di fluidi corporei. Eseguire l'igiene delle mani prima e dopo aver rimosso i guanti.

E' importante controllare la temperatura corporea due volte al giorno e comunicare immediatamente eventuale rialzo febbrile o la comparsa di qualsivoglia sintomatologia clinica.

In caso di comparsa di sintomi il soggetto in isolamento deve:

- avvertire immediatamente il medico di sanità pubblica;
- indossare la mascherina chirurgica;
- in attesa del trasferimento in ospedale deve rimanere nella sua stanza con la porta chiusa e la finestra aperta.

INDICAZIONI SUL LAVAGGIO DELLE MANI

Il lavaggio delle mani ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso una azione meccanica. Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone. In assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (hand sanitizers), a base alcolica. Si ricorda che una corretta igiene delle mani richiede che si dedichi a questa operazione non meno di 40-60 secondi se si è optato per il lavaggio con acqua e sapone e non meno di 30-40 secondi se invece si è optato per l'uso di

igienizzanti a base alcolica. Questi prodotti vanno usati quando le mani sono asciutte, altrimenti non sono efficaci. Se si usano frequentemente possono provocare secchezza della cute. In commercio esistono presidi medico-chirurgici e biocidi autorizzati con azione battericida, ma bisogna fare attenzione a non abusarne. L'uso prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di questi prodotti, aumentando il rischio di infezioni.