



Instruccions per a persones amb infecció per coronavirus SARS-CoV-2 en aïllament domiciliari

El pacient haurà de:

Evitar el contacte amb la resta de convivents de la llar.

Estarà en habitació pròpia i amb la porta tancada fins a la finalització de l'aïllament.

Caldrà ventilar l'habitació diàriament.

Idealment es disposarà d'un bany propi per al malalt. Si això no és possible, caldrà netejar amb lleixiu domèstic el bany cada vegada que el pacient l'utilitzi (inclou neteja de vàter i superfícies del bany). Es reemplaçaran les tovalloles del bany del pacient cada vegada que estiguin humides.

Només compartirà les zones comuns de la casa si és totalment imprescindible i durant el menys temps possible. Si ho fa es rentarà les mans abans de sortir de la seva habitació i portarà mascareta quirúrgica. Les zones comunes es ventilaran i es netejaran amb lleixiu domèstic després de ser utilitzades pel pacient.

Al domicili no hi hauran convivents vulnerables (persones grans amb malalties cròniques, immunodeprimits, embarassades).

Gestió dels residus i dels estris personals del pacient

A l'habitació del pacient es posarà un cubell d'escombraries amb tapa i pedal d'obertura i bossa de plàstic de tancament hermètic per tal de dipositar els residus del malalt.

Els estris de neteja personal seran d'ús individual.

La roba de llit, tovalloles i altra roba del malalt es rentaran amb sabons o detergents habituals a 60-90°C. La roba s'haurà d'eixugar completament. Abans de rentar la roba es dipositarà en un cubell amb tapa i pedal i amb bossa amb tancament hermètic.

Els coberts, gots, plats i altres estris reutilitzables es rentaran preferiblement al rentaplats o alternativament amb aigua calenta i sabó.

Neteja

Les superfícies que es toquen amb freqüència (tauletes de nit, mobles del dormitori, ...), les superfícies del bany i el vàter hauran de ser netejades amb material d'un sol ús i desinfectades diàriament amb un desinfectant domèstic que contingui lleixiu en una dilució 1:100 (una part de lleixiu i 99 parts d'aigua) preparat el mateix dia que s'ha d'utilitzar. La persona encarregada de la neteja haurà de protegir-se amb mascareta i guants. Després de la neteja haurà de rentar-se les mans.

Persones que conviuen a la llar amb un cas de covid-19

Les persones que conviuen a la llar amb un cas de covid-19 hauran de rentar-se les mans amb aigua i sabó o solució hidroalcohòlica després de qualsevol contacte amb el malalt o el seu entorn immediat.

Hauran de fer vigilància de l'aparició de símptomes d'infecció respiratòria aguda com febre, tos, dolor de coll, dificultat per respirar; i consultar-ho amb els serveis de salut si aquests apareguessin. Els casos que debutin amb símptomes respiratoris s'aïllaran de manera preventiva.

Al domicili tots els membres extremaran les mesures d'higiene respiratòria:

- Mantenir una distància prudencial entre les persones (entre 1 i 2 metres).
- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb la cara interna del colze en tossir o esternudar i rentar-se les mans de seguida.
- Evitar el contacte proper amb persones que tinguin símptomes d'infecció respiratòria.
- Abstenir-se de tocar-se la boca, el nas i els ulls sense haver-se rentat les mans després de manipular objectes.