

INFORMATIVA RIGUARDANTE LE MISURE PREVENTIVE PER INFEZIONE RESPIRATORIA E/O DA SARS COV-2 E LE AZIONI DA METTERE IN ATTO PER CONTENERE IL RISCHIO DI CONTAGIO

I servizi C-Dom e UCP-Dom sono contesti particolarmente esposti al rischio di infezione con trasmissione per via aerea, poiché buona parte dei pazienti sono generalmente più vulnerabili alle infezioni rispetto alla popolazione generale, per i seguenti motivi:

- solitamente, presentano patologie di base o sono per lo più affetti da patologie croniche spesso multiple;
- solitamente, hanno un'età avanzata;
- hanno stretti contatti con altre persone (i caregiver) e gli altri famigliari.

Per prevenire i rischi per la salute del paziente, dei suoi famigliari e degli operatori di Itineris, l'assistito e/o il suo caregiver devono adottare alcune semplici precauzioni:

1. rilevare quotidianamente la propria temperatura corporea, almeno due volte al giorno, e avvisare prontamente, e in ogni caso prima dell'accesso domiciliare, il Case Manager di Itineris e il proprio MMG in caso questa sia pari o superiore a 37,5 ° centigradi;
2. rilevare l'insorgenza di nuovi sintomi o di cambiamenti significativi dei sintomi preesistenti ed eventualmente avvisare prontamente, e in ogni caso prima dell'accesso domiciliare, il Case Manager di Itineris ed il proprio MMG.

I sintomi a cui fare particolarmente attenzione sono:

- cefalea;
 - congiuntivite;
 - tosse;
 - rinite;
 - astenia marcata;
 - sangue da naso/bocca;
 - inappetenza;
 - confusione/vertigini;
 - perdita/alterazione dell'olfatto;
 - perdita/alterazione del gusto;
 - perdita di peso.
3. in caso di insorgenza di difficoltà respiratorie chiamare il numero per le emergenze 112 ed avvisare prontamente, e in ogni caso prima dell'accesso domiciliare, il Case Manager di **Itineris** ed il proprio MMG;
 4. garantire un'adeguata igiene dei locali, almeno una volta al giorno, o più, le superfici devono essere pulite con prodotti detergenti, con particolare attenzione a tutte le superfici toccate di frequente. Se si utilizzano guanti domestici in gomma spesso riutilizzabili, questi devono essere disinfettati dopo l'uso (lavaggio con acqua e detergente seguito con disinfezione di tutte le parti, con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5 % di cloro attivo oppure con alcol 70%);
 5. garantire la periodica areazione naturale nell'arco della giornata di tutti gli ambienti dotati di aperture verso l'esterno evitando correnti d'aria.

In caso di aggravamento dei sintomi i famigliari del paziente devono indossare la mascherina chirurgica in attesa del trasferimento in ospedale qualora sia necessario.

Principali raccomandazioni di prevenzione e norme igienico-sanitarie da adottare nelle relazioni sociali

Le seguenti raccomandazioni fanno parte integrante delle azioni preventive per impedire la diffusione dell'infezione come conseguenza delle relazioni sociali quotidiane:

- lavarsi spesso le mani con acqua e sapone o un gel a base alcolica;
- evitare contatti ravvicinati, mantenendo la distanza di almeno un metro;
- evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni;
- evitare luoghi affollati;
- coprirsi bocca e naso con fazzoletti monouso quando si starnutisce o tossisce, altrimenti usare la piega del gomito;
- non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;
- evitare strette di mano e abbracci, almeno fino al termine del periodo emergenziale;
- evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri;
- se si hanno sintomi simili all'influenza rimanere a casa e contattare il Medico di Medicina Generale (MMG), i Pediatri di Libera Scelta (PLS), la guardia medica o i numeri regionali;
- non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal MMG;
- utilizzare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate;
- pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.

Misure di prevenzione da adottare in caso di isolamento domiciliare

- La persona sottoposta ad isolamento domiciliare deve rimanere in una stanza dedicata e dotata di buona ventilazione possibilmente servita da bagno dedicato, dormire da solo/a, e limitare al massimo i movimenti in altri spazi della casa dove vi siano altre persone.
- Se disponibile un solo bagno, dopo l'uso pulire con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5 % di cloro attivo oppure con alcol 70%.
- È opportuno che il/i locali che ospitano il soggetto in isolamento domiciliare siano regolarmente arieggiati per garantire un adeguato ricambio d'aria.
- In presenza di altre persone, deve essere mantenuta una distanza di almeno un metro e deve essere assolutamente evitato ogni contatto diretto (compresi strette di mano, baci e abbracci). Deve essere evitato il contatto diretto anche con altre persone sottoposte ad isolamento domiciliare. Un'eccezione può essere fatta per una madre che allatta. La madre dovrebbe indossare una mascherina chirurgica ed eseguire un'igiene accurata delle mani prima di entrare in stretto contatto con il bambino.
- Evitare ogni possibile via di esposizione attraverso oggetti condivisi inclusi asciugamani, salviette o lenzuola, piatti, bicchieri, posate ecc.). Gli oggetti da cucina andranno lavati con attenzione con normale sapone.
- Vi è il divieto di spostamenti o viaggio e l'obbligo di rimanere raggiungibile per le attività di sorveglianza.
- Se il soggetto in isolamento è asintomatico, non può ricevere visite fino ad esaurimento dei 14 giorni di isolamento. Se il paziente è sintomatico il divieto è comunque posto fino alla guarigione clinica, anche se sono passati 14 giorni dal contatto. Con conferma di laboratorio, il divieto continua sino alla guarigione (consulta glossario).

- Se il soggetto in isolamento ha sintomi di infezione delle vie respiratorie quando si sposta dalla sua camera deve usare la mascherina chirurgica e praticare misure di igiene respiratoria: coprire naso e bocca usando fazzoletti quando starnutisce o tossisce, tossire nel gomito; i fazzoletti dovrebbero essere preferenzialmente di carta e dovrebbero essere eliminati in un doppio sacco impermeabile posto in una pattumiera chiusa che non preveda contatto con le mani per la sua apertura (es. apertura a pedale). Se i fazzoletti sono di stoffa, devono essere maneggiati con guanti e lavati in lavatrice a 60-90° usando comune detersivo. Dopo l'uso del fazzoletto le mani devono essere immediatamente lavate con acqua e sapone accuratamente per 40 secondi o frizionate con prodotto idro-alcolico.
- Le persone che assistono il soggetto, devono indossare mascherina chirurgica (quest'ultima non dovrebbe essere toccata durante l'utilizzo e dovrebbe essere cambiata se umida o danneggiata). Le mascherine non possono essere riutilizzate ma debbono essere eliminate in un doppio sacco impermeabile posto in pattumiera chiusa con apertura a pedale.
- I conviventi e le persone che forniscono assistenza devono evitare il contatto diretto con il soggetto in isolamento il più possibile. Se l'assistenza prevede contatto con secrezioni respiratorie, feci o urine è necessario l'utilizzo dei guanti che devono essere poi eliminati con cura in un doppio sacco impermeabile in pattumiera chiusa con apertura a pedale, seguito dal lavaggio delle mani. I guanti non possono essere riutilizzati.
- Almeno una volta al giorno, o più, le superfici dei locali devono essere pulite con prodotti detergenti e successivamente disinfettate con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5 % di cloro attivo oppure con alcol 70%) con particolare attenzione a tutte le superfici toccate di frequente. Chi effettua la pulizia deve indossare un camice monouso (o un grembiule dedicato) e guanti monouso; se vengono usati guanti domestici in gomma spessa riutilizzabili, questi devono essere disinfettati dopo l'uso (lavaggio con acqua e detergente seguito con disinfezione di tutte le parti, con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,5 % di cloro attivo oppure con alcol 70%).
- La persona che si occupa della rimozione della biancheria e degli effetti lettereschi deve indossare la mascherina chirurgica e i guanti. La biancheria deve essere collocata in un sacco separato e gestita separatamente da quella del resto della famiglia o comunità e può essere lavata in lavatrice a 60° per almeno trenta minuti o a tempi più brevi per temperature superiori usando comune detersivo.
- I rifiuti prodotti dal soggetto in isolamento o dall'assistenza a lui/lei prestata devono essere smaltiti in un doppio sacchetto di plastica che verrà chiuso e disposto in pattumiera chiusa.
- Sebbene al momento non esistano prove che dimostrino che animali come cani o gatti possano essere una fonte di infezione per l'uomo, a scopo puramente precauzionale, si suggerisce alle persone contagiate di limitare il contatto con gli animali, analogamente a quanto si fa con le altre persone del nucleo familiare, evitando, ad esempio baci o condivisione del cibo.