



COVID-19

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono

RACCOMANDAZIONI DI CARATTERE GENERALE

1. La persona con sospetta o accertata infezione COVID-19 deve stare lontana dagli altri familiari, se possibile, in una stanza singola ben ventilata e non deve ricevere visite. L'ideale, se disponibile, sarebbe l'utilizzo di un diverso alloggio. È sempre raccomandata la distanza di sicurezza di 1 metro dalle altre persone, anche se tutti i soggetti indossano la mascherina.
2. Due o più persone con diagnosi certa di infezione da COVID-19 possono utilizzare e vivere negli stessi locali.
3. Due o più persone con sospetta diagnosi di infezione (casi sospetti), è bene che vivano in locali separati.
4. La persona con sospetta o accertata infezione COVID-19 deve indossare una mascherina sia essa chirurgica o FFP2 o FFP3 **(nel caso di FFP2 o FFP3, queste non devono essere dotate di valvola; le mascherine con valvola proteggono chi le indossa ma non proteggono che gli sta accanto)**.
5. I membri della famiglia devono soggiornare in altre stanze o, se non è possibile, mantenere una distanza di almeno 1 metro dalla persona malata e dormire in un letto diverso.
6. Evitare di condividere con il malato spazzolini da denti, sigarette, utensili da cucina, asciugamani, biancheria da letto, ecc.
7. La persona con sospetta o accertata infezione COVID-19 deve sempre rimanere a casa e garantire la reperibilità telefonica. Verrà contattato a più riprese dal Dipartimento di Prevenzione del Servizio Sanitario Nazionale.

RACCOMANDAZIONI PER CHI ASSISTE IL CASO SOSPETTO O ACCERTATO COVID 19

8. Chi assiste i casi certi o sospetti deve essere in buona salute e non avere malattie che lo mettano a rischio se contagiato.
9. Chi assiste il malato deve indossare una mascherina chirurgica accuratamente posizionata sul viso. Se la maschera è bagnata o sporca per secrezioni è necessario sostituirla immediatamente e lavarsi le mani dopo averla rimossa. Nel caso si indossino mascherine FFP2 o FFP3 devono essere senza valvola **(nel caso di FFP2 o FFP3, queste non devono essere dotate di valvola; le mascherine con valvola proteggono chi le indossa ma non proteggono che gli sta accanto)**.

Fonte ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus" - OMS e ISS 10 marzo 2020 – Croce Rossa Italiana - ASUFC



COVID-19

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono

10. Chi assiste il malato deve coprire la bocca e il naso quando tossisce o starnutisce utilizzando fazzoletti possibilmente monouso o il gomito piegato, quindi deve lavarsi le mani.
11. Se si utilizzano fazzoletti in tessuto, si raccomanda il rispetto di quanto indicato nel capitolo "Gestione della Biancheria".
12. Evitare il contatto diretto con i fluidi corporei, in particolare le secrezioni orali o respiratorie, feci e urine utilizzando guanti monouso.

IGIENE DELLE MANI

13. Le mani vanno accuratamente e frequentemente lavate con acqua e sapone (per almeno 40 secondi) o con una soluzione idroalcolica contenete tra il 60 ed il 95% di alcol (per almeno 20 secondi) dopo ogni contatto con il malato o con il suo ambiente circostante, prima e dopo aver preparato il cibo, prima di mangiare, dopo aver usato il bagno e ogni volta che le mani appaiono sporche. È indicato un lavaggio delle mani frequente non solo per chi assiste il paziente ma anche per il paziente stesso.
14. Le mani vanno asciugate utilizzando asciugamani di carta usa e getta. Se ciò non è possibile, utilizzare asciugamani riservati sostituendoli frequentemente e quando sono bagnati. Trattare poi gli asciugamani secondo quanto indicato nel capitolo "Gestione della Biancheria".

GESTIONE DEI RIFIUTI

15. Le famiglie che ospitano una persona con sospetta o accertata infezione COVID-19, non devono eseguire la raccolta differenziata dei rifiuti ma convogliare tutto nell'indifferenziata.
16. Il maneggiamento dei rifiuti e dei sacchi di raccolta, deve essere eseguito indossando guanti e mascherina chirurgica da smaltire alla fine della procedura.
17. Tutti i rifiuti prodotti dalla famiglia vanno raccolti preferibilmente in contenitori con apertura a pedale dotati di doppio sacchetto in nylon (no sacchetti biodegradabili).
18. I contenitori dei rifiuti prodotti dalla persona con sospetta o accertata infezione COVID-19, vanno posizionati all'interno della stanza del soggetto. Sarebbe indicato, laddove possibile, che fosse il soggetto stesso a chiudere il sacchetto dei rifiuti e porli al di fuori della sua stanza.

Fonte ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus" - OMS e ISS 10 marzo 2020 – Croce Rossa Italiana - ASUFC



COVID-19

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono

19. I rifiuti raccolti in doppio sacchetto di nylon vanno convogliati al cassonetto dei rifiuti indifferenziati per il normale smaltimento. Il trasporto del sacco dei rifiuti dal proprio domicilio al cassonetto deve essere fatto solo ed esclusivamente da persone che non sono in isolamento domiciliare. Sempre rispettando quanto descritto al punto 14.

GESTIONE DELLA BIANCHERIA

20. La biancheria contaminata va introdotta in un sacchetto di nylon dedicato alla biancheria sporca indossando i guanti e la mascherina. Non agitare la biancheria sporca ed evitare il contatto diretto con pelle e indumenti.
21. Introdurre la biancheria in lavatrice con il sacco in nylon e svuotarlo del contenuto direttamente dentro al cestello. Lavare vestiti, lenzuola, asciugamani, ecc. del malato in lavatrice a 60-90°C usando un normale detersivo e sottoporli ad una accurata asciugatura. Se disponibile e possibile, aggiungere al comune detersivo dei prodotti igienizzanti o della candeggina soprattutto qualora non si possano raggiungere le temperature di lavaggio sopra riportate.

USO DEI SERVIZI IGIENICI

22. Se vi è la possibilità di avere a disposizione due bagni, dedicarne uno al familiare con caso certo o sospetto di COVID-19. In caso contrario cercare di dividerne l'utilizzo in fasce orarie, provvedendo alla sanificazione tra una e l'altra.

IGIENE E SANIFICAZIONE DEI LOCALI

23. È importantissimo arieggiare più volte al giorno i locali dell'abitazione, sia quelli occupati dalla persona con sospetta o accertata infezione COVID-19, sia quelli occupati dal resto della famiglia.
24. Nello svolgere le pulizie o il cambio biancheria del letto è bene indossare mascherina chirurgica, guanti e se disponibile un grembiule che protegga i propri vestiti. Se vi è la possibilità, invitare il soggetto con caso certo o sospetto di COVID-19 a provvedere autonomamente a sanificare i suoi locali.
25. Le superfici di arredi e pavimenti dell'abitazione, del bagno e soprattutto della stanza della persona con caso certo o sospetto di COVID-19 vanno sanificate con ipoclorito di sodio

Fonte ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus" - OMS e ISS 10 marzo 2020 – Croce Rossa Italiana - ASUFC



COVID-19

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono

(candeggina) diluito 0,5. Se vi è la presenza di liquidi biologici la diluizione sarà all'1%. Se non è disponibile l'ipoclorito di sodio (candeggina), può essere utilizzato alcol al 70%.

26. Nei tragitti più frequentati dalla persona con sospetta o accertata infezione COVID-19 e dai famigliari, sarebbe opportuno adagiare a terra un panno imbevuto di candeggina allo 0.5%. Questo permette una decontaminazione frequente delle superfici delle calzature indossate. Questa procedura è da evitare se espone al rischio caduta da scivolamento.

DILUIZIONE DELL'IPOCLORITO DI SODIO (CANDEGGINA)

27. La concentrazione di Ipoclorito di Sodio (Candeggina) efficace contro il COVID-19 è del 0,5%.
28. Se avete a disposizione Candeggina al 2 % per ottenere lo 0,5% mescolare 1 parte di candeggina diluita con 3 parti d'acqua.
29. Se avete a disposizione Candeggina al 5 % per ottenere lo 0,5% mescolare 1 parte di candeggina diluita con 9 parti d'acqua.

USCITE E SPOSTAMENTI

30. Quando i soggetti con sospetta o accertata infezione COVID-19 in isolamento, devono spostarsi da casa su indicazione del Dipartimento di Prevenzione del Servizio Sanitario Nazionale, devono sempre indossare una mascherina chirurgica o FFP2 o FFP3 senza valvola (**nel caso di FFP2 o FFP3, queste non devono essere dotate di valvola; le mascherine con valvola proteggono chi le indossa ma non proteggono che gli sta accanto**). Se permesso dalle condizioni cliniche il soggetto che si deve spostare viaggia autonomamente. In caso contrario verrà accompagnato da un familiare. Se accompagnato indosseranno tutti guanti e mascherina. Uno alla guida ed uno seduto nel sedile posteriore nel lato opposto. Sempre ad almeno 1 metro dalle altre persone. Se possibile lasciare aperto almeno un finestrino.
31. E assolutamente da evitare il trasporto pubblico per raggiungere la struttura sanitaria designata o altre destinazioni concordate con il Dipartimento di Prevenzione.
32. In assenza di famigliari o amici che possono provvedere al trasporto, rivolgersi alla Croce Rossa Italiana che con mezzi idonei e personale addestrato, provvederà al trasporto – tel 0432-923646 mail centrale@cripalmanova.it

Fonte ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus" - OMS e ISS 10 marzo 2020 – Croce Rossa Italiana - ASUFC



COVID-19

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono

ACQUISTI DI GENERI DI PRIMA NECESSITA'

- 33.** Le persone in isolamento domiciliare non possono allontanarsi per nessun motivo se non dettato da situazioni di emergenza sanitaria o su indicazione del dipartimento di Prevenzione del Servizio Sanitario Nazionale.
- 34.** Per gli acquisti di generi di prima necessità o farmaci gli utenti o i famigliari delle persone in isolamento domiciliare, possono rivolgersi alla Croce Rossa Italiana – Comitato di Palmanova che provvederà all'approvvigionamento. Il servizio viene erogato in forma gratuita, il costo della spesa viene anticipato dalla Croce Rossa Italiana, all'atto della consegna l'utente può pagare in contanti o con il bancomat.

SE UN VICINO HA BISOGNO DI AIUTO

- 35.** Se un tuo vicino ha bisogno di aiuto, puoi aiutarlo nel rispetto delle indicazioni riportate in questo vademecum.
- 36.** Se non sei in grado di garantire la tua sicurezza, segnala alla Croce Rossa Italiana – Comitato di Palmanova o alle autorità Comunali Competenti, la necessità di aiuto del tuo vicino/conoscente.
- 37.** Ricorda che l'aiuto che puoi dare deve rientrare nelle disposizioni emanate dai recenti DPCM e dalle disposizioni ulteriormente restrittive che potrebbe aver emanato il tuo sindaco.

SUPPORTO PSICOLOGICO

- 38.** In questo particolare momento di isolamento, di privazione dei contatti con famigliari ed amici, di paura e in alcuni casi di perdita dei propri cari, la nostra persona è esposta ad emozioni e stati d'animo che ci mettono a dura prova. La Croce Rossa Italiana del Comitato di Palmanova, attraverso i suoi esperti del settore, ha sviluppato un vademecum che può aiutarti a superare questo momento. Consulta il sito www.cripalmanova.it o contatta la Croce Rossa.

SE UN FAMIGLIARE O IL CASO SOSPETTO/CERTO COVID-19 STA MALE

- 39.** Casi sospetti o accertanti di COVID-19 ed i famigliari che li assistono, devono misurare due volte al giorno la temperatura corporea (alle ore 7:00 ed alle ore 19:00) e tutte le volte che insorgono sintomi quali brividi e/o sensazione di calore, annotandola su un registro.

Fonte ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus" - OMS e ISS 10 marzo 2020 – Croce Rossa Italiana - ASUFC



COVID-19

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono

40. Se un membro della famiglia mostra i primi sintomi di un'infezione respiratoria acuta (febbre, tosse, mal di gola e difficoltà respiratorie), contattare il medico curante, la guardia medica o i numeri regionali.
41. Qualora i soggetti con sospetta o accertata infezione COVID-19 necessitino per situazioni di emergenza, dell'intervento dei soccorsi sanitari o di visita medica/infermieristica domiciliare, si preoccupino di avvisare immediatamente al telefono o sull'uscio di casa, di essere soggetti a rischio per sospetto o accertato COVID-19. Non dimentichiamo che anche chi ci assiste e ci aiuta, rischia di ammalarsi. Mettiamolo subito nelle condizioni di proteggersi.
42. Informare il Dipartimento di Prevenzione alla comparsa dei sintomi sopra citati e degli eventuali risvolti: convocazione del medico curante, guardia medica, 112.

NUMERI UTILI

- Croce Rossa Italiana – Comitato di Palmanova 0432.92.36.46 centrale@cripalmanova.it
- Emergenza Sanitaria 112
- Dipartimento di Prevenzione per la Bassa Friulana 0431-529562, 529932, 529304 - 0432-921835

Fonte ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus" - OMS e ISS 10 marzo 2020 – Croce Rossa Italiana - ASUFC

www.cri.it

**Un'Italia
che aiuta**

Croce Rossa Italiana Comitato di Palmanova ODV

Viale Taglio, 6 - 33057 Palmanova

Tel. 0432-923646 – fax 04321840189

PEC: cl.palmanova@cert.cri.it - mail: palmanova@cri.it | comitato@cripalmanova.it

C.F. e P.IVA 02760700308