DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
S.C. IGIENE E SANITÀ PUBBLICA
Via de Ralli n.3 34128 – TRIESTE
Servizio Profilassi Malattie Infettive

ASUGI
Azienda Sanitaria Universitaria Giuliano Isontina
REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

Raccomandazioni per le persone in isolamento domiciliare e per i familiari che li assistono (Versione del 21/04/2020)

L'isolamento domiciliare dei casi COVID-19 è una misura di sanità pubblica necessaria per evitare la diffusione dell'infezione. In presenza di conviventi, vanno seguite le seguenti raccomandazioni:

Comportamento generale

- Il malato deve stare isolato e dormire in una stanza dedicata, dove non deve entrare nessun convivente, salvo chi se ne prende cura e solo per quanto strettamente necessario.
- Il malato deve limitare al massimo i movimenti in altri spazi della casa e, in presenza di conviventi, deve mantenere una distanza di almeno un metro e indossare la mascherina chirurgica.
- La stanza da letto, il bagno ed ogni area comune devono essere ben ventilate.
- I conviventi devono evitare il contatto diretto con il malato (strette di mano, baci e abbracci) e con i fluidi corporei, in particolare le secrezioni orali o respiratorie, feci e urine. Inoltre non devono condividere oggetti con il malato (spazzolini, sigarette, posate, utensili, asciugamani, salviette, piatti, bicchieri, etc).
- Se una famiglia ha più di un malato COVID-19, questi possono essere isolati nella stessa stanza.

Pasti

- Il malato non deve preparare i pasti e deve consumarli separatamente, se possibile nella sua stanza.
- Piatti, posate, bicchieri e altri oggetti da cucina utilizzati dal malato vanno maneggiati con guanti e lavati con attenzione con i normali detergenti.

Utilizzo del bagno

- Il malato dovrebbe utilizzare un bagno dedicato. Se non fosse disponibile, deve disinfettare il bagno accuratamente dopo ogni utilizzo.
- Prima di tirare lo sciacquone chiudere il wc con il copri tazza per evitare la fuoriuscita e la nebulizzazione di goccioline potenzialmente cariche di virus.

Igiene respiratoria

- Il malato e i conviventi che diventano sintomatici devono praticare le misure di igiene respiratoria: coprire naso e bocca usando fazzoletti, possibilmente mono uso, quando si starnutisce o tossisce; eliminare subito il fazzoletto e lavarsi le mani.
- I fazzoletti di stoffa vanno maneggiati con guanti e lavati in lavatrice a 60-90° usando un detersivo comune.

Igiene delle mani

- Il malato e tutti i conviventi devono lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone o con una soluzione idroalcolica, frizionandole per almeno 40 secondi.
- Le mani vanno lavate frequentemente ed in particolare 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.

- Le mani vanno asciugate utilizzando asciugamani di carta usa e getta. Se ciò non è possibile, utilizzare asciugamani riservati e sostituirli frequentemente.

Pulizia dell'abitazione

- Pulire e disinfettare quotidianamente i comodini, reti e altri mobili della camera da letto del malato, altre superfici con cui è venuta a contatto il malato ed in generale tutte le superfici/oggetti di uso comune da parte dei conviventi (bagno, piano lavoro cucina, maniglie, interruttori luce, mouse, tastiere, telecomandi, ecc.).
- Utilizzare un normale disinfettante domestico, o prodotti a base di ipoclorito (candeggina) al 0,05-0,1% oppure a base di alcol al 70%.
- Durante la pulizia, indossare guanti, mascherina chirurgica e indumenti protettivi (es. un grembiule di plastica).
- Utilizzare attrezzature di pulizia monouso (es. salviette usa e getta), in alternativa immergere il materiale di pulizia (guanti, panno, spugna ecc.) in una soluzione di ipoclorito al 0,05-0,1% dopo l'utilizzo.
- Se in comune, il WC, il lavandino, gli erogatori d'acqua e le superfici del bagno devono essere disinfettati con particolare cura dopo ogni utilizzo da parte del malato.
- I malati con pochi sintomi dovrebbero pulire la loro stanza da soli.

Pulizia di lenzuola, asciugamani e indumenti del malato

- La persona che si occupa della rimozione della biancheria e degli effetti letterecci del soggetto in isolamento deve indossare la mascherina chirurgica e i guanti.
- Biancheria da letto, asciugamani, e indumenti utilizzati dal paziente devono essere conservati in un sacchetto dedicato in camera del paziente fino a quando non vengono lavato separatamente con un normale detersivo a 90°C (ciclo di acqua calda) oppure a 60°C per almeno trenta minuti. Non agitare la biancheria sporca ed evitare il contatto diretto con pelle e indumenti.
- Se un articolo non può essere lavato con un ciclo ad acqua calda, utilizzare candeggina o altri prodotti di lavanderia per la decontaminazione dei tessuti.

Smaltimento dei rifiuti

- Utilizzare contenitori con apertura a pedale dotati di doppio sacchetto, posizionati all'interno della stanza del malato, per gettare guanti, fazzoletti, maschere e altri rifiuti.
- Nel caso di isolamento domiciliare va sospesa la raccolta differenziata per evitare l'accumulo di materiali potenzialmente pericolosi che vanno invece eliminati nel bidone dell'indifferenziata.

Assistenza al malato

- È opportuno che solo una persona si prenda cura della persona infetta, e solo in caso non sia autonoma.
- Deve essere in buona salute e non avere malattie che possano mettano a rischio in caso di contagio.
- Evitare il più possibile il contatto ravvicinato con il paziente e mantenere una distanza di almeno 1 metro.
- Lavarsi frequentemente le mani, soprattutto dopo il contatto con il paziente e con qualsiasi elemento che è stato in contatto con il paziente (ad es. utensili da cucina, biancheria da letto, WC, ecc.).
- Indossare una mascherina quando ci si trova in stretto contatto con il paziente. La mascherina va rimossa toccando solo le bande elastiche o i lacci; le parti anteriori e interne della mascherina non devono essere toccate. Dopo l'uso la mascherina va eliminata o disinfettata, immergendola o spruzzandola con un disinfettante. Le mani devono essere lavate immediatamente dopo aver rimosso la mascherina.
- Indossare i guanti quando si prestano cure al malato o quando si viene a contatto con i suoi fluidi corporei (ad es. mucose, feci, urina). Le mani devono essere lavate immediatamente dopo aver rimosso i guanti.

Automonitoraggio delle condizioni di salute del malato e dei conviventi

- In caso di aggravamento dei sintomi o insorgenza di difficoltà respiratorie, il malato deve rivolgersi al proprio medico curante e al 112/118.
- Se un convivente mostra i primi sintomi di un'infezione respiratoria acuta (febbre, tosse, mal di gola e difficoltà respiratorie) deve isolarsi e contattare il proprio medico curante e il Dipartimento di Prevenzione.

CERTIFICAZIONE DI MALATTIA INPS per i Paziente sottoposti a:

- ✓ quarantena obbligatoria
- ✓ quarantena volontaria
- ✓ isolamento volontariato
- ✓ sorveglianza attiva

VALUTATA E CONFERMATA DAL DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ED IGIENE

- ➢ dovrà essere assegnato come CODICE NOSOLOGICO (codice diagnosi)

V29.0 - OSSERVAZIONE PER SOSPETTO DI CONDIZIONE MORBOSA INFETTIVA

- ➢ in campo editabile (note diagnosi) dovrà essere precisato: **IN FASE DI VERIFICA**

La certificazione NON dovrà essere inviata assolutamente al lavoratore o al datore di lavoro fino a nuove disposizioni.

I lavoratori saranno esentati dalla visita fiscale (il medico dell'ufficio legale apporrà in procedura il codice di esenzione E)

Portale Continuità della Cura

- Indicare nel campo "codice nosologico" direttamente il codice ICD9V29.0 e cliccare su "conferma codice": a quel punto la descrizione associata "osservazione per sospetto" viene riportata in automatico nel campo diagnosi^ ma nel certificato di malattia verrò inviata all'lnps solamente la codifica V29.0
- Utilizzare il campo "Note diagnosi" per scrivere la dicitura "anomalia A-generica in fase di verifica". Oltre a questa dicitura, il medico può comunque utilizzare questo campo anche per scrivere la descrizione testuale della diagnosi se diversa da quella sopra indicata
- La certificazione NON dovrà essere inviata al datore di lavoro o al lavoratore fino a nuove disposizioni

ASUGI
Azienda Sanitaria Universitaria Giuliano Isontina
REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
S.C. IGIENE E SANITÀ PUBBLICA
Via de Ralli n.3 34128 – TRIESTE
Servizio Profilassi Malattie Infettive

INFORMAZIONI PER LA QUARANTENA DELLE PERSONE CHE SONO STATE A CONTATTO STRETTO DI CASI COVID-19.

La quarantena delle persone che hanno avuto un contatto stretto con un caso COVID-19 è una misura di sanità pubblica necessaria per evitare la diffusione dell'infezione. Tali persone sono inoltre sottoposte a sorveglianza sanitaria giornaliera telefonica da parte del Dipartimento di Prevenzione.

La persona in quarantena deve seguire i seguenti comportamenti:

- Non deve uscire di casa e non deve ricevere visite per 14 giorni dal contatto.
- Deve misurare la temperatura ogni 12 ore e, tutte le volte che ha la sensazione di avere febbre (la temperatura va misurata almeno 4 ore dopo l'assunzione di farmaci antipiretici). E' preferibile evitare di assumere farmaci che possano alterare la febbre.
- Deve chiamare il Dipartimento di Prevenzione e il proprio medico curante in caso di insorgenza di sintomi, in particolare respiratori (febbre, tosse, mal di gola, difficoltà respiratorie).

Se sono presenti conviventi, vanno seguite le seguenti raccomandazioni per ridurre il rischio di infezione:

- La persona in quarantena deve rimanere in una stanza dedicata, possibilmente servirsi di un bagno dedicato, dormire da sola e limitare al massimo i movimenti negli spazi comuni dell'abitazione.
- Lavaggio frequente delle mani con sapone o soluzione idroalcolica, frizionandole per almeno 40 secondi.
- Se disponibile un solo bagno, dopo l'uso pulire con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,05 % -1% di cloro attivo oppure con alcol 70%.
- Arieggiare regolarmente il/i locali che ospitano il soggetto in quarantena.
- I conviventi devono evitare ogni contatto diretto (compresi strette di mano, baci e abbracci) e mantenere una distanza di almeno un metro dalla persona in quarantena.
- Evitare ogni possibile via di esposizione attraverso oggetti condivisi inclusi asciugamani, salviette, piatti, bicchieri, posate, etc).
- Pulire frequentemente (almeno una volta al giorno) le superfici di locali/oggetti utilizzati dal soggetto in quarantena con prodotti a base di cloro (candeggina) alla concentrazione di 0,05 - 0,1% di ipoclorito oppure con soluzione di alcol al 70%.
- Gli indumenti della persona in quarantena vanno lavati separatamente da quelli del resto della famiglia, in lavatrice ad almeno 60° per trenta minuti usando un comune detersivo.
- I rifiuti prodotti dal soggetto in quarantena devono essere smaltiti nella sua stanza in un doppio sacchetto di plastica che verrà chiuso e smaltito nell'indifferenziata.
- In caso di starnuti/tosse, indossare la mascherina chirurgica, coprire naso e bocca con fazzoletti, possibilmente mono uso, eliminare subito il fazzoletto e lavarsi le mani.